

RUUMIS LIIKKUU - LIIKKUUKO HENKI?

Fenomenologinen tutkimus
liikunnan projekteista



TIMO KLEMOLA

TIMO KLEMOLA

RUUMIS LIIKKUU - LIIKKUUKO HENKI?

*Fenomenologinen tutkimus
liikunnan projekteista.*

FITTY 66
TAMPERE 1998

ALUKSI

Tämä työ on syntynyt pitkän prosessin tuloksena. Siinä kiteytyy kohta kolmekymmentä vuotta jatkunut liikuntaharrastukseni, jota jo pitkään olen pitänyt yhtenä filosofian harjoittamisen muotona. Siinä kiteytyy myös yli kaksikymmentä vuotta jatkunut "akateemisen filosofian" harrastukseni, joka on antanut käsitteellisiä välineitä erilaisiin fyysisiin harjoituksiin ja perinteisiin liittyvien kokemusten ymmärtämiseksi.

Näin pitkän matkan varrella minua ovat kannustaneet ja auttaneet monet henkilöt, joita en kaikkia tässä kykene edes muistamaan. Edesmennyt filosofian professori Raili Kauppi ohjasi minua 1970-luvulla filosofiani ensiaskeleilla. Hän teki minut tietoiseksi myös *filosofia perenniksestä*, siitä filosofian alueesta, jonka piiriin tämänkin työn tematiikka kuuluu.

Myöhemmin 1980-luvun puolivälissä zen-mestari Engaku Taino opasti minut yhteen perenniaaliseen traditioon ja sen harjoituksiin: zeniin. Tämän perinteen päämäärien ja menetelmien "kääntäminen" länsimaisen filosofian kielelle on ollutkin yksi tämän työn keskeisistä haasteista.

Dosentti Juha Varto tarjosi innostavan ilmapiirin ja työskentely-ympäristön siinä vaiheessa, kun synnytimme tamperelaisen liikunnanfilosofian "koulukunnan" ja liikunnanfilosofian tutkimusyksikön TALFIT:in 1980-luvun lopulla.

Professori Veikko Rantalan tuki koko tamperelaiselle liikunnanfilosofian projektille ja myös omalle työlleni on ollut merkittävää.

Haluan omistaa tämän työni vaimolleni Tarjalle ja pojalleni Juho-Valtterille, jotka viime vuosina ovat eniten saaneet kestää "harjoituksiani".

Tampereella 4. 11. 1998

TK

SISÄLTÖ:

Johdanto	3
Liikunta tienä kohti varsinaista itseä	17
Mitä on liikunnan filosofia?	105
Liikkumisen taito, tie kohti olevaa	119
Sport, a Way to the Authentic Self	125
Liikkumisen taito zen-kulttuurissa	133
Hiljaisuuden estetiikka	143
Dance and Embodiment	151
Kalliokiipeilyn fenomenologiaa	163

JOHDANTO

1. Väitöskirjan rakenne

Väitöskirja muodostuu lisensiaattityöstäni:

Liikunta tienä kohti varsinaista itseä. TAJU: Tampere 1995 (1. p. 1990), 175s.

ja sitä täydentävistä artikkeleista:

1. *Mitä on liikunnan filosofia.* Pohdin 1. FITTY II, Tampereen yliopisto: Tampere 1989, s. 54-73.
2. *Liikkumisen taito, tie kohti olevaa.* Halonen, I, Airaksinen, T. (toim.):Taito. SFY: Helsinki 1992, s. 35-42.
3. *Sport, a Way to the Authentic Self.* Philosophical Issues in Sport and Physical Education.. Conference Proceedings. Mike McNamee (ed.) The Sports Council for Wales: Cardiff 1995, s.59-64.
4. *Liikkumisen taito zen-kulttuurissa.* Kirjassa: Klemola, Timo: Budon filosofiaa ja harjoituksia. Julkaistaan 1999.
5. *Hiljaisuuden estetiikka.* Pohdin 6. FITTY XXIX. Tampereen yliopisto: Tampere 1992, s. 1-23.
6. *Dance and Embodiment.* Ballet International 1/1991. Ballet-Bühnen-Verlag: Köln 1991, 71-80.
7. *Kalliokiipeilyn fenomenologiaa.* Kirjassa: Mäkelä, P., Vehkavaara, T., Vuorio, T. (toim): Filosofisia iskuja. Kirjoituksia Martti Kuokkasen 50-vuotispäivän kunniaksi. Julkaistaan syksyllä 1998 FITTY-sarjassa, Vol 65.

Kaikki artikkelit on julkaistu myös Tampereen yliopiston liikunnanfilosofian tutkimusyksikön (TALFIT) kotisivulla osoitteessa: <http://www.uta.fi/laitokset/mattiet/filosofia/talfit/>

2. Taustaa

Tämän väitöskirjan lähtökohta on ollut haluni analysoida filosofisesti ja eksplikoida omia harjoituskokemuksiani. Olen harjoittanut kohta kolmenkymmenen vuoden ajan useita aasialaisia liikuntamuotoja, joiden kaikkien peruslähtökohta on sama: fyysinen harjoitus tähtää "henkiseen kasvuun". Suuri ongelma näiden lajien piirissä - erityisesti lännessä - on se, että meillä ei ole mitään selkeää käsitystä siitä, mitä "henkiselällä kasvulla" tässä voidaan tarkoittaa. Yleisemmin voisi todeta, että länsimainen ajatusperinne ei näe sitä, miten fyysinen harjoitus voi olla tärkeä ihmisen henkisen olemuspuolen kirkastajana. Tämä on kuitenkin yleinen teema monissa aasialaisissa uskonnollis-filosofisissa järjestelmissä, joissa fyysinen harjoitus nähdään olennaisena osana sitä harjoitusta, jossa ihminen etsii todellista itseään.

Tämä on se perusproblematiikka, johon kaikissa tämän väitöskirjan osissa pyrin tuomaan valaistusta.

Väitöskirjani perustutkimus on liseniaattityöni *Liikunta tienä kohti varsinaista itseä*. Sitä täydentämään olen valinnut setsemän artikkelia, jotka syventävät liseniaattityötäni kolmesta kohtaa. Artikkelit 1, 2 ja 3 täydentävät tutkimukseni lähtökohtia. Artikkelit 1 tuo tutkimukseeni liikunnanfilosofian historiallisen ja teemallisen perspektiivin. Artikkelit 2 ja 3 palauttavat tutkimukseni niihin konkreettisiin esimerkkeihin, joista itse asiassa koko tutkimusprojektini on lähtenyt liikkeelle. Artikkelit 4 ja 5 syventävät liseniaattityöni kuvausta "itsen projekteista". Viimeiset artikkelit 6 ja 7 osoittavat, miten liseniaattitutkimuksessani käyttämää fenomenologista menetelmää voidaan soveltaa liikunnanfilosofisessa analyysissä yleisemminkin.

3. Julkaisujen yhteenvedot

Väitöskirjani keskeisin tutkimus *Liikunta tienä kohti varsinaista itseä* sisältää edellä kuvatun fyysisen harjoituksen ja "henkisen kasvun" ongelman tematisoinnin länsimaisen filosofian valossa. Otan lähtökohdakseni fenomenologisen perinteen ja erityisesti tähän perinteeseen liittyvät filosofit Martin Heidegger, Maurice Merleau-Ponty ja Jean-Paul Sartre.

Työni etenee sitten seuraavassa järjestyksessä:

(1) Ensinnäkin lähtökohtana kaikessa fenomenologisessa ihmisen analyysissä on maailmassa oleva ihminen. Tämä tarkoittaa sitä, että ihminen ensisijaisesti löytää itsensä jo maailmassa olevana. Vasta tämän jälkeen hän voi tulla siitä tietoiseksi ja reflektoida sitä. Tarkastelenkin ensimmäisessä luvussa maailmassa olevan ihmisen ontologisia perusrakenteita: hänen faktisuuttaan, sitä, mitä hän maailmassaan kohtaa, esineitä ja toisia ihmisiä, hänen ajallista rakennettaan sekä hänen

mahdollisuuttaan olla varsinaisella tai epävarsinaisella tavalla. Martin Heideggerin teos *Sein und Zeit* on ihmisenä olemisen ontologisten perusrakenteiden analyysi, jossa varsinaisuuden (*Eigenlichkeit*) ja epävarsinaisuuden (*Uneigenlichkeit*) käsitteet ovat keskeisellä sijalla. Tämän teoksen analyysi onkin tarkastelun lähtökohta.

(2) Maailmassa oleva ihminen on ensisijaisesti kehollinen. Kehollisena hän aluksi kurottautuu kohti ympäristöä, käsittelee sitä ja muodostaa vasta sitten siitä käsitteitä. Siihen, että ihminen ensisijaisesti on kehonsa, syvennyn toisessa luvussa. Tarkastelun kohteeksi asettuvat silloin ihmisen kehollisuuden perusrakenteet: kehon intentionaalisuus, kehon temporaalisuus, elämismaailman suhde kehollisuuteen, objektikehon ja koetun kehon ero. Tässä luvussa tuon esiin myös ihmisen kokemukselliset tasot, joita kutsutaan kokemushorisonteiksi. Maurice Merleau-Pontyn ja Max Schelerin fenomenologiset analyysit tarjoavat tämän luvun lähtökohdan.

(3) Maailmassa oleva ihminen on aina eteenpäin suuntautuva, hänen olemisensa on olemista projektina. Tämän tekee mahdolliseksi ihmisen temporaalinen rakenne. Projektina ihminen voi valita olemisen mahdollisuuksistaan. Hän voi todellistua joko epävarsinaisen tai varsinaisen olemisen suuntaan. Varsinaisuuden toteuttaminen vaatii ihmiseltä harjoitusta. Tämän Heideggerin analyysin perustalta tarkastelen kolmannessa luvussa ihmisen niitä projekteja, jotka liittyvät liikuntaan ja urheiluun.

Erotan neljä keskeistä liikuntaan liittyvää projektia, joita kutsun '**voiton**', '**terveyden**', '**ilmaisun**' ja '**itsen**' projekteiksi. Alustavasti näitä projekteja voi luonnehtia seuraavasti: Kutsun voiton projektiksi kaikkia niitä liikuntamuotoja, joiden päämääränä on voitto. Huippu- ja kilpaurheilu osuvat tähän luokkaan. Terveiden projektiksi kutsun niitä liikkumisen tapoja, joissa ensisijainen päämäärä on terveydellinen. Niin kutsuttu kuntoliikunta ja terapialiikunta osuvat tähän luokkaan. Tanssia ja kaikkea sitä liikuntaa, jonka päämäärä on ilmaisu, kutsun ilmaisun projektiksi. Itsen projektilla tarkoitan kaikkia niitä liikkumisen tapoja, joiden tarkoituksena on tutkia itseä ja - Sven Krohnin ilmaisua käyttäkseni - etsiä jonkinlaista ydinihmistä.

Kolmannessa luvussa teen näiden projektien fenomenologista analyysiä ja tarkastelen, miltä liikunnan eri projektit näyttävät Heideggerin varsinaisen ja epävarsinaisen itsen näkökulmasta.

(4) Tarkennan analyysiäni neljänessä luvussa niihin ihmisen kokemushorisontteihin, joihin liikunta ihmisessä vaikuttaa. Teen samalla Heideggerin varsinaisen ja epävarsinaisen olemisen käsitteiden analyysiä kehollisen kokemuksen kannalta. Tässä tarkastelussa tutkimuksen kohteeksi asettuvat liikkuvuutemme genesis ja siihen liittyvät kokemukselliset tasot: "esiobjektiivinen", "esipersoonallinen", "ego-loginen" ja "transpersoonallinen keho"; ajattelu keholla; kysymys olevan mieleenpalauttamisesta ja siihen liittyvästä kehomuistista. Näin varsinaiseen olemiseen ja epävarsinaiseen olemiseen liittyvät keholliset kokemukset tulevat esiin ja niiden rakenne asettuu tarkastelun kohteeksi.

Tämän tutkimuksen tulokset voidaan yhteenvedonomaaisesti koota seuraavalla tavalla:

Tuon tässä työssä esiin niitä kokemuksellisia rakenteita, joissa liikunnalliset kokemukset ihmisessä vaikuttavat. Erityisesti kiinnitän huomioni niihin rakenteisiin, jotka liittyvät siihen, mitä Heidegger kutsuu "varsinaiseksi olemiseksi". Näin tulee osoitetuksi se, miten liike voi olla tie kohti varsinaista olemista. Käyn tässä läpi lyhyesti sen päättelyketjun, jota pitkin olen tutkimuksessani kulkenut.

1. Lähtökohtani on ollut se fenomenologinen havainto, että ihminen on ek-staattinen; kykenevä sekä tajunnallisuudessaan että kehollisuudessaan ylittämään sen hetkisen annettuna olevan. Tästä ihmisen ekstaattisesta rakenteesta voivat sekä menneisyys, että tulevaisuus saada merkityksensä. Kehona ihminen on perusintentionaalisuudessaan suuntautunut kohti maailmaa. Liikkeessä yhtenä tällaisena perusintentionaalisuuden muotona tulee esiin ihmisen ja maailman suhde.

2. Ekstaattisuus on ontologinen määre. Se määrää, että ihminen on olemisen mahdollisuutensa. Mahdollisuutemme koskevat maailmassa olemistamme, sen potentiaaleja. Voimme olla maailmassa eri tavoin, johon ontologinen rakenteemme antaa puitteensa.

3. Ontologiset rakenteemme ovat esiymmärrystä, joka odottaa toteutumistaan.

4. Olennaisia ontologisia rakenteitamme ovat mahdollisuutemme varsinaisuuteen ja epävarsinaisuuteen. Jokapäiväisessä olemisessamme toteudumme epävarsinaisen olemisen suuntaan. Tämä toteutumisen tapa peittää näkyvistä mahdollisuutemme olla varsinaisesti.

5. Varsinaisessa olemisessä ontologinen rakenteemme eräällä tapaa täyttyy; varsinaisuudessa toteutamme sen, mitä alunperin, perustaltaan olemme, mutta jonka olemme unohtaneet. Se, minkä olemme unohtaneet, on esiobjektiivinen tietoisuutemme yhteydestämme koko olevaan.

6. Tämän peruskokemuksen mieleenpalauttaminen vaatii tietynlaista suhtautumistapaa, jota Heidegger kutsuu sillejättämiseksi ja meditatiiviseksi ajatteluksi. Tätä suhtautumistapaa pitää harjoitella. Se ei tule ihmiselle automaattisesti.

7. Tämä suhtautumistapa ja sen harjoittelu liittyy olennaisella tavalla kehollisuuteemme. Se vaatii meitä palaamaan eletyn kehon kokemukseemme: vaimentamaan diskursiivisen ajattelun ja kuuntelemaan eletyn kehon hiljaisuutta. Tämä hiljaisuuden kuunteleminen voidaan nähdä esiobjektiivisen kehon mieleenpalauttamisena: ajatteluna keholla.

8. Perenniaalisissa liikunnan traditioissa tulee ilmi sen metodi: olevan ja olioiden imitointi ja toisto.

9. Tällaiset keholliset harjoitukset "laukaisevat" kehomuistimme, jossa niin esiobjektiivinen kuin esipersonallisetkin kehon kokemukset jatkuvasti ovat vaikka emme niitä muistakaan.

10. Liikunta, palauttaessaan mieleemme leikkivän kehon, suuntautuu kohti varsinaista olemistamme, mutta jää kuitenkin matkan päähän siitä. Vasta esiobjektiivisen kehon kokemuksen

saavuttaessaan se löytää etsimänsä: kehollisen perustan varsinaisena olemisen kokemuksellemme. Se on se kehollinen kosketuspinta, jonka pohjalta kaikki eettinenkin toiminta on vasta mahdollista.

11. Tämän tuloksena koemme yhteenkuuluvuutemme olevaan kokonaisuutena. Tätä kokemusta olen kutsunut transpersoonalliseksi kehon kokemukseksi. Se saa juurensa esiobjektiivisesta kehon kokemuksesta, mutta on tietysti paljon enemmän kuin vain se. Transpersoonallinen kehon kokemus on hermeneuttinen prosessi, joka hakee perustansa palaamalla alkuun, mutta ponnistaa siitä eteenpäin antaen merkityksiä sille ja myöhemmille kokemuksille.

12. Tässä prosessissa liikunnalla voi olla keskeinen osuus. Liikunta voi suunnata todellistumistamme eri suuntiin, kohti erilaisia kokemuksellisia horisontteja. Avatessaan mahdollisuuden kokea leikkivä kehomme, liikunta voi suunnata huomiomme kohti juuriamme. Liikunta voi avata mahdollisuutemme kohti varsinaista olemista, mutta puhtaana voiton projektina se voi myös sulkea tämän mahdollisuuden. Puhtaissa itsen projekteissa tätä mahdollisuutta pyritään tietoisesti tutkimaan ja lähestymään.

Ensimmäinen artikkeli: *Mitä on liikunnan filosofia?*, antaa työlleni liikunnanfilosofisen perspektiivin. Tarkastelen siinä liikunnanfilosofisen tutkimuksen historiaa ja teemoja.

Koska artikkeli on kirjoitettu 1989, on syytä kirjoittaa muutama sana liikunnanfilosofian 1990-luvun kehityksestä. Vaikka liikunnanfilosofista tutkimusta tehdään edelleenkin hyvin vähän, liikunnanfilosofia on vakiinnuttanut asemansa yhtenä filosofisen tutkimuksen erityisalueena. Esimerkiksi filosofian maailmankongressissa Bostonissa 1998 liikunnanfilosofialla oli oma sektionsa.

Kansainvälinen liikunnanfilosofia koostuu edelleen suurelta osalta artikkeleista.¹ Tutkimusten teemat eivät ole merkittävästi muuttuneet 1990-luvulle tultaessa.² Joitakin huomioita voi kuitenkin tehdä. Urheilun filosofiaa on viimeisen kolmenkymmenen vuoden aikana pohdittu eniten analyttisen filosofian piirissä. Käsiteanalyttinen näkökulma urheiluun näyttäisi ainakin joltakin osin olevan tiensä päässä. Sellaisten käsitteiden kuten "sport" ja "play" suhteesta on kirjoitettu kymmeniä tutkielmia, ja näyttää siltä, että uusia näkökulmia ei enää löydy.³ On esitetty näkemyksiä,

¹Niitä julkaisee pääasiassa *Journal of the Philosophy of Sport*, joka on edelleen ainoa liikunnanfilosofiaan erikoistunut tieteellinen julkaisu.

²Ks. esim. Hyland 1990; Kretchmar 1994; McNamee 1998; Sport Science Review, Vol 5, No 2 1996, jonka teema oli Sport Philosophy.

³Keskustelu Mike McNameen kanssa Cardiffissa 1995 seminaarissa, jonka teema oli "Philosophical Issues in Sport and Physical Education". Kuvaavaa tilanteelle on kuitenkin se, että

joissa korostetaan sitä, että on alettava enemmän kuunnella urheilijoita itseään. On kiinnitettävä huomio siihen, "miten urheilijat itse näkevät ja arvostavat itseään ja urheiluaan".¹ Tässä suhteessa suomalainen liikunnanfilosofia on, ja on ollut jo viimeisen kymmenen vuotta, ajan hermolla. Erityisesti tamperelaisessa liikunnanfilosofian tutkimuksessa painopiste on ollut nk. "osallistuvassa liikunnanfilosofiassa", jolla tarkoitetaan sitä, että tutkijalla on omaa kokemusta analysoimastaan aiheesta. Tämän tutkimuslinjan aloittivat Klemola (1990) ja Koski (1991). Tätä työtä on onnistuneesti jatkanut Puhakainen, jonka väitöskirjassa *Kohti ihmisen valmentamista* (1995) sovelletaan Rauhalan holistista ihmiskäsitystä urheiluvallmentamiseen. Kirjassaan *Kesytytyt kehot* (1997) Puhakainen jatkoi väitöskirjansa ja Klemolan ja Kosken vuosikymmenen alussa esiin nostamien teemojen kehittelyä. Jaana Parviaisen väitöskirja *Bodies Moving and Moved* (1998) on merkittävä panos kansainvälisellekin tanssintutkimukselle.

Kirjoitin tässä käsiteltävän artikkelin lopussa näin: "Liikunnan filosofi voi tutkia liikuntakulttuuria ulkoisesti, asettaa sen tarkastelunsa kohteeksi aivan kuten muukin tiedemies. Tuloksena on akateemista liikunnan filosofiaa, joka ei välttämättä lisää tekijänsä ymmärrystä itsestään ja maailmasta, jossa hän elää.

Toinen näkökulma on filosofin näkökulma sanan alkuperäisessä merkityksessä. Tällöin filosofointia ja liikunnan harrastamista ei voida erottaa toisistaan. Liikunta on silloin yksi filosofoinnin muoto, joka on arvokasta itsessään. Se on filosofista itsensä tutkimista, jatkuvaa etsintää, jossa kysymykset ovat usein käsitteellisiä, mutta vastaukset kokemuksia, jotka eivät ole käännettävissä käsitteiden kielelle. Tällöin liikunnan filosofi voi kohdata transsendentin, jota hänen Tao-te-chingin sanoin tulee kunnioittaa hiljaisuudella."

Tähän käsitykseen on pakko edelleenkin yhtyä.

Toinen artikkeli *Liikkumisen taito, tie kohti olevaa* kertaa keskeisiltä kohdilta tutkimukseni tematiikan ja päättelyketjun. Tässä artikkelissa otan uutena teemana esiin sen, miten kohteemme esineitä ja miten tämä liittyy liikunnan eri projekteihin. Tämän lyhyen fenomenologisen kuvauksen perusteella voi nähdä, miten liikunnan eri projekteissa ihmisen suhde maailmaan, toiseen ja erityisesti esineisiin näyttäytyy eri tavalla. Teen eron taitavan ja taitamattoman esineen käsittelyn välillä. Taitavassa olion käsittelyssä toimitaan sopusoinnussa olion olemisen tavan kanssa, taitamattomassa rikotaan tätä periaatetta vastaan.

Itsen projekteissa tämä esineiden käsittelemisen tapa voidaan tehdä tietoiseksi ja siitä voi tulla näin olennainen osa koko harjoitusprosessia.

konferenssissa esitetyistä kuudestatoista esitelmästä vain kahden filosofisena lähtökohtana oli mannermainen filosofia.

¹Roberts 1996, 82.

Lopuksi palautan teeman koskemaan myös filosofian harjoittamista ja sitä, miten filosofian harjoittaminenkin voisi olla "itsen projekti". Henkilökohtaisesti näen fyysisen harjoituksen "itsen projektien" puitteissa olevan filosofian harjoittamista parhaimmillaan.

Kolmas artikkeli *Sport, a Way to the Authentic Self* tuo tutkimukseeni kaksi uutta teemaa. Kuten otsikkokin antaa ymmärtää, otan lähtökohdakseni kysymyksen siitä, voiko urheilu toimia tienä autenttisuuden tai varsinaisuuden kokemukseen. Toinen tämän artikkelin uusi teema on osoittaa esimerkin (japanilainen miekkailutaito) avulla, miten tutkimuksessani kuvattua itsen tutkimisen prosessia kuvataan "itsen projekteissa". Lähtökohtani on, että olen liseniaatin tutkimuksessani kuvannut sen olennaisen rakenteen, joka tulee esiin perustaltaan samanlaisena useissa todellisissa "itsen projekteissa". Teen tässä artikkelissa lyhyen fenomenologisen analyysin eräästä miekkailutaidon oppaasta, jossa kuvataan miekkailun prosessia ja näytän, miten se voidaan tulkita esittämäni käsiteapparaatin avulla.

Kirjassa kuvattu miekkailutaidon oppimisen prosessi sisältää seuraavat vaiheet:

muoto, tekniikka (waza)

elämänvoima (ki)

mieli (kokoro)

periaate (li)

Tässä skeemassa näkyy se, miten harjoituksessa on edetty yksilöllisestä kohti sitä, mikä on universaalia.

Samanlainen kuvio voidaan rakentaa myös intialaisen joogan harjoitusprosessin kuvaukseksi. Olen käsitellyt tätä tarkemmin muualla¹, mutta tuon sen esiin tässä vertailun vuoksi. Joogan harjoitusprosessi kiteytyy näin:

asana (asento)

pranayama ("*prana*, elämänvoima, ei hajaannu")

dhyana (meditaatio)

purusha (universaaliin Itseen osallistuminen)

Tämä prosessi, joka kuvaa siis tietä fyysisestä harjoituksesta kohti kulloisenkin perinteen määräämää henkistä päämäärää, voidaan tulkita seuraavin tutkimuksessani esiin nostamin käsittein:

fyysinen harjoitus

kehontietoisuus

egotietoisuus

transsendentti

Fyysinen harjoitus herkistää ihmistä sille, mitä voidaan kutsua elämän voimaksi, elämän energiaksi. Länsimaisessa filosofiassa ei tätä kokemusta ole paljoa käsitelty. Henri Bergsonin *élan*

¹Ks. Klemola: Kohti henkeä. Kirjassa: Klemola 1999.

vital, elämän hyöky, voisi kuvata jotakin samanlaista kuin *kin*, *qin* tai *pranan* käsite. Kysymyksessä on kuitenkin kokemuksellinen käsite, joka kuvaa sitä sisäistä kokemusta, kuinka elämä virtaa lävitsemme. Tämä kokemus tulee esiin hyvin silloin kun harjoitamme kehoamme. Se on **kehontietoisuutemme** piirtyvä kokemus siitä, miten elämä sykkii sähköisenä sormiemme päissä, pulssina kaulallamme, hengityksemme rytmissä. Tietynlaiset harjoitukset voivat syventää tätä kokemusta niin, että tunnemme elämän voiman virtaavan kehossamme täsmälleen samoja kanavia myöten, jotka kiinalainen perinteinen lääketiede kuvaa oppikirjoissaan.

Kun fyysisessä harjoituksessa kehontietoisuus piirtyy voimakkaana esiin, se **hiljentää egotietoisuutemme**. Jatkuva puhe ja kuvat, jotka päässämme virtaavat, pysähtyvät hetkeksi ja voimme kuunnella sisäistä kokemustamme. Normaalisti päämme on jatkuvasti täynnä puhetta, hälyä, teorioita, mielipiteitämme siitä, mikä on oikein ja mikä väärin; suunnittelemme tulevaisuutta tai elämme siinä, mikä on jo mennyt. Meidän on vaikea pysähtyä ja katsoa maailmaa sellaisena kuin se on tässä ja nyt. Kehontietoisuuden voimakas herkistyminen auttaa meitä tässä pysähdyksessä. Mieleemme tyntyy luonnollisella tavalla.

Kun mielemme on täysin hiljentynyt, kaikki erottelut kadonneet, kun ei enää ole subjektia ja objektia, sinua ja minua, minua ja maailmaa, lähestymme **transsendentin kosketusta**. Puhun tässä sellaisesta transsendentista, joka ylittää käsitteemme, sanamme, kykymme puhua siitä, mutta joka siis ei välttämättä ylitä kokemustamme. Lähestymme silloin sitä kohtaa, josta elämämme virta on lähtöisin, mutta joka jää meille aina salaisuudeksi. Mutta se mikä jää salaisuudeksi voi silti olla merkityksellinen ja merkityksiä synnyttävä kokemus. Transsendentin kosketuspinnassa palaamme siihen alkuun, josta lähtien vasta voidaan puhua sellaisista ihmisen henkiseen olemispuoleen liittyvistä käsitteistä kuten eettisyydestä, pyhydestä, ilosta, elämän kokemisesta lahjana jne.

Kysymys kuuluukin nyt, voiko länsimainen urheilu toimia edellä kuvatulla tavalla. Olen tässä artikkelissa asian suhteen skeptinen. Se mikä meitä puuttuu, on traditio. Länsimaisessa urheilussa synytetään kyllä vastaavia kokemuksia, mutta sitä viitekehystä, jonka puitteissa näitä kokemuksia voisi tulkita, ei ole. Siksi perään artikkelissa uudentyyppistä urheilun ja liikunnan filosofiaa, joka toimisi tällaisena viitekehystenä.

Tässä artikkelissa syvennän siis tutkimustani kahteen suuntaan. Otan tarkastelun alle urheilun itsen tutkimisen näkökulmasta. Näytän myös esimerkin avulla, miten tutkimukseni viitekehystä voi soveltaa, käyttää ikään kuin avaimena, itsen projektien harjoitusprosessin ymmärtämiseksi.

Neljäs ja viides artikkeli *Liikkumisen taito zen-kulttuurissa ja Hiljaisuuden estetiikka* syventävät lisensiatitutkimukseni kuvausta itsen projekteista. Artikkelit käsittelevät niitä japanilaisia taitojen ja taiteiden perinteitä, jotka liittyvät zen-buddhalaisuuteen.

Kuvaan neljännessä artikkelissa sitä, miten fyysistä taitoa käytetään zenin perinteessä hyväksi tavoiteltaessa todellista tai varsinaista itseä. Kuvaan zenin sekä staattisen että dynaamisen harjoitusmetodin. Staattisella metodilla tarkoitan sitä harjoitusta, joka tehdään paikallaan, liikkumattomassa tilassa (zazen). Dynaamisella harjoitusmetodilla tarkoitan kaikkia niitä taitojen ja taiteiden muotoja, jotka toimivat ikään kuin aktiivisinä zenin harjoitusmetodeina. Otan tästä esimerkiksi kalligrafian ja siitäkkin vain yhden viivan piirtämisen.

Tulkitsen tässä artikkelissa zenin todellisen itsen kokemusta - joka siis vertautuu Heideggerin varsinaiseen itseen - ihmisen kokemushorisonttien näkökulmasta. Esitän artikkelissa näkemyksen, että ihminen ei välttämättä ole tietoinen kaikista kokemuksensa mahdollisuuksista. Kirjoitan siinä, että "Meillä voi olla piilossa kokonaisia kokemushorisontteja. Erityisesti se henkisen kokemuksen alue jossa koetaan sellaisia tunteita kuten pyhyttä, kiitollisuutta ilman kohdetta, merkityksellistä hiljaisuutta jne. ja jonka ilmausta uskonnot ovat, on länsimaiselle maallistuneelle ihmiselle vierasta."

Esitän artikkelissa näkemyksen, että ihmisen psyykkis-henkinen kokemushorisontti avautuu "transsendentin" suuntaan. Mieltään harjoittamalla, esimerkiksi niin kuin se tehdään zenin perinteessä, tähän transsendenttiin on mahdollista tunkeutua. Erilaiset maailman filosofis-uskonnollis-mystiset perinteet kuvaavat tätä kokemusta hyvin samankaltaisin käsittein. Koska tämä kokemus esiintyy eri kulttuureissa saaden erilaisia, mutta ytimeltään kuitenkin samankaltaisia artikulointeja, voidaan päätellä, että kysessä on yksi ihmisenä olemiseen liittyvistä peruskokemuksista. Se kuuluu siis ihmisen eksistentiaaliseen rakenteeseen kokemuksen mahdollisuutena.

Otan myös artikkelissa esiin Mircea Eliadin jaon profaaniin ja sakraaliin elämään¹ ja totean, että tämä kokemuksen taso on profaanissa elämässä, mitä erityisesti länsimainen elämänmuoto edustaa, kadonnut näkyvistä. Transsendentin kosketus on kuitenkin merkityksellinen kokemus sakraalissa elämässä. Zen-taidoissa, kuten muissakin "itsen projekteissa" tämä on se kokemus, jota tavoitellaan. Harjoitus on kuitenkin aina matkalla oloa, se on prosessi, jonka päämäärä saattaa antaa odottaa itseään koko elämän.

Kirjoitan tästä prosessista artikkelin loppuksi näin: "Länsimaiselle ihmiselle on tärkeää tekemisen lopputulos. Harjoittaessaan itseään hän tekee sen voittaakseen, ollakseen paras tai pysyäkseen hyvässä kunnossa. Hän on monasti kykenemätön nauttimaan itse tekemisestä, harjoittelusta sinänsä, siitä luovasta elämän virrasta joka hänen käsiensä kautta jännittää jousen, sivaltaa miekalla, muotoilee saviastian tai piirtää tussipiirroksen herkän viivan. Zen-taiteilijalle, joksi kutsuisin

¹Eliade, Mircea: *The Sacred and Profane*. New York 1959.

perinteisen budonkin harrastajaa, tärkeämpää kun työn lopputulos on tekemisen prosessi, se onko hän harjoituksensa aikana onnistunut taivaltamaan eteenpäin edes lyhyen matkaa ihmiseksi tulemisen tiellä."

Viidennessä artikkelissa *Hiljaisuuden estetiikkaa* syvennän edelleen kuvaustani itsen projekteista. On mahdollista kuvata näitä taitoja ja taiteita myös esteettisestä näkökulmasta. Kysymys kuuluu silloin, mitä esteettisiä piirteitä voidaan nähdä siinä taiteessa (ja taidossa¹), joka syntyy "transsendentin kosketuksen" innoittamana. Esimerkkini on jälleen zen-perinteestä.

Artikkeli etenee nelivaiheisesti. Zenin ja siis myös zen-taiteen lähtökohta on (1) kokemus, jota olen kutsunut aikaisemmin "transsendentin kosketukseksi" tai vain "kokemukseksi transsendentista". Japanilainen filosofi Shin'ichi Hisamatsu, jonka analyysia käytän tässä artikkelissa, kutsuu samaa kokemusta sen kokemiseksi, millä ei ole muotoa. Tämä kokemus synnyttää kokijassaan (2) toimintaa, joka ilmentää tätä kokemusta. Tämä toiminta saa usein muotonsa (3) taiteen tekemisessä. Käsitteellisesti tätä prosessia ja sen päämäärää kuvataan (4) nk. tyhjyyden filosofiassa.

Kuvaan artikkelissa Hisamatsun esiin nostamat zen-taiteen seitsemän keskeistä esteettistä piirrettä: epäsymmetria, yksinkertaisuus, kuiva ankaruus, luonnollisuus, syväinen herkkyys, henkinen riippumattomuus, ja hiljaisuus. Hisamatsun mukaan jokainen näistä zen-estetiikan piirteistä viittaa tiettyyn "Muodottoman Itsen" aspektiin.

Se, mitä Hisamatsu kutsuu Muodottomaksi Itseksi, on hänen mukaansa saanut ilmauksensa vain idässä. Zen taide on tämän ilmauksen yksi muoto ja koko itämainen filosofia on sen ilmausta. Kritisoin artikkelissani tätä Hisamatsun käsitystä ja esitän lyhyesti, miten sama kokemus on itse asiassa kaiken, niin itämaisen kuin länsimaaisen mystiikan, peruskokemus. Kaikkialla maailman mystisissä perinteissä tätä kokemusta on kuvattu negatiivisin termein. Puhutaan tyhjyydestä, muodottomasta, ei-mistään joka kuitenkin on kaikki jne. Lännessä on totuttu puhumaan negatiivisesta teologiasta.

Otan esimerkeiksi idän perinteistä Upanisadit, samkhya-filosofian, Nagarjunan ja taolaisen filosofian. Lännessä esimerkkejäni ovat uuspytagoralaiset, gnostikot, Plotinos ja kristillinen mystiikka yleensä esimerkkinä mestari Eckehart. Mestari Eckehart on tässä esimerkkinä myös siksi, että hän oli yksi Martin Heideggerin filosofian innoittajia. Erityisesti Heideggerin *Gelassenheit*-teoksen teemat selittyvät tästä lähteestä. Myös Heideggerin "hiljaisuuden paikka"² on sama hiljaisuuden paikka, jota Hisamatsu pyrkii kuvaamaan.

¹Ks. Klemola: *Iaido - hiljaisuuden estetiikkaa*.

²Klemola 1995, s.30.

Artikkelit 6 ja 7 osoittavat, miten liseniaattityöni lähestymistapaa ja metodia voidaan käyttää mitä tahansa liikunnan muotoa tutkittaessa.

Artikkelissa *Dance and Embodiment*. analysoin tanssia kehollisuuden näkökulmasta. Pyrin myös avaamaan näkökulmaa siihen, miten tanssikin voi olla ilmaisun lisäksi myös itsen tutkimisen projekti. Tällaisessa tanssissa tanssija pyrki syventämään ymmärrystä itsestään ja maailmasta ja ilmaisussaan välittämään tämän ymmärryksen katsojalle.

Seitsemännessä artikkelissa *Kalliokiipeilyn fenomenologiaa* näytän, miten fenomenologista menetelmää voi soveltaa kiipeilykokemusten filosofiseen analyysiin. Tarkasteluni etenee neljän vaiheen kautta. Aluksi kuvaan kiipeilykokemusta. Toiseksi otan tästä kokemuksesta lyhyesti esiin sen keskeiset piirteet. Kolmanneksi esitän lyhyin vedoin sen filosofisen taustan, johon perustan tulkintani. Tässä tapauksessa eksistenssifilosofian. Neljänneksi ja lopuksi tulkiten kiipeilyn kokemuksellisia ytimiä eksistenssifilosofian näkökulmasta. Uutena eksistenssifilosofina tuon tässä artikkelissa esiin Karl Jaspersin. Hänen filosofiansa tarjoaa myös hyvän viitekehyksen, jonka avulla ihmisen "varsinaistumisprosessia" voidaan kuvata. Jaspersin tulkinta "rajatilanteesta" auttaa ymmärtämään kiipeilykokemuksen sitä puolta, joka voidaan liittää ihmiseksi kasvun tematiikkaan.

KIRJALLISUUS:

- Hyland, D.A.: *Philosophy of Sport*. Paragon House: New York 1990.
- Klemola, Timo: *Budon filosofiaa ja harjoituksia*. Julkaistaan 1999.
- Klemola, Timo: *Iaido - hiljaisuuden estetiikkaa*. Kirjassa: Klemola 1999.
- Klemola, Timo: *Liikkeestä kohti henkeä*. Kirjassa: Klemola 1999.
- Koski Tapio: *Liikunta ja kehollisuus perenniaalisessa filosofiassa*. FITTY XVII, Tampereen yliopisto 1991.
- Kretchmar, R. Scott: *Practical Philosophy of Sport*. Human Kinetics: 1994.
- McNamee, M.,J., Parry, S.J. (ed.) *Ethics and Sport*. E&FN Spon: London 1998.
- Puhakainen, Jyri: *Kohti ihmisen valmentamista*. TAJU, Tampereen yliopisto 1995.
- " - *Kesytetyt kehot*. Tampere University Press: Tampereen yliopisto 1997.
- Parviainen, Jaana: *Bodies Moving and Moved*. Tampere Studies in Philosophy, Vol 1. Tampere University Press. Tampereen yliopisto. Ilmestyy syksyllä 1998.
- Roberts, Terence J.: *Cheating in Sport: Recent Considerations*. *Sport Science Review*, 1996, 5(2), 72-86. Human Kinetics.

LIIKUNTA TIENÄ KOHTI VARSINAISTA ITSEÄ

JOHDANTO

Liikunnan fenomenologisessa analyysissä on lähdettävä liikkeelle ihmisenä olemisen ontologisten perusrakenteiden analyysistä, jotta olisi mahdollista luoda liikunnan filosofiselle tarkastelulle se näkökulma ja peruskäsitteet, joihin jatkossa nojaututaan. Liikunnassa, niin kuin missä tahansa inhimillisessä toiminnassa, tulevat esiin sille tyypilliset kokemukselliset perusrakenteet, jotka voi ymmärtää vain ihmisenä olemisen yleisemmän fenomenologisen tarkastelun kautta.

Tutkimukseni perusongelma on, miten liikunta voi toimia tienä kohti varsinaista itseä. Kysymykseen vastaaminen vaatii tuekseen sellaista filosofista ihmisen analyysiä, jossa ihmisen olemassaolon varsinaisuus ja epävarsinaisuus tulevat selvästi tematisoiduksi. Tällainen filosofinen perinne on juuri fenomenologinen traditio ja erityisesti tähän perinteeseen liittyvät filosofit *Martin Heidegger*, *Maurice Merleau-Ponty*, *Jean-Paul Sartre* ja *Emmanuel Levinas*.

En tarkastele tutkimuksessani edellä mainitsemieni fenomenologioiden filosofioita kokonaisuuksina tai tutki heidän filosofioidensa historiallisia yhteyksiä. Käytän heidän käsitteitään vain työkaluina pyrkiessäni paljastamaan ihmisen liikkumiseen liittyviä kokemuksen tasoja ja rakenteita. Siksi otan esiin esimerkiksi Heideggerin filosofiasta vain sen osan, jota voin jatkossa käyttää liikunnan fenomenologiaa tehdessäni.

Tehtäväni etenee siten seuraavassa järjestyksessä:

(1) Ensinnäkin lähtökohtana kaikessa fenomenologisessa ihmisen analyysissä on maailmassa oleva ihminen. Tämä tarkoittaa sitä, että ihminen ensisijaisesti löytää itsensä jo maailmassa olevana. Vasta tämän jälkeen hän voi tulla siitä tietoiseksi ja reflektoida sitä. Tarkastelenkin ensimmäisessä luvussa maailmassa olevan ihmisen ontologisia perusrakenteita: hänen faktisuuttaan, sitä, mitä hän maailmassaan kohtaa, esineitä ja toisia ihmisiä, hänen ajallista rakennettaan sekä hänen

mahdollisuuttaan olla varsinaisella tai epävarsinaisella tavalla. Martin Heideggerin teos *Sein und Zeit* on ihmisenä olemisen ontologisten perusrakenteiden analyysi, jossa varsinaisuuden (*Eigenlichkeit*) ja epävarsinaisuuden (*Uneigenlichkeit*) käsitteet ovat keskeisellä sijalla. Tämän teoksen analyysi onkin tarkastelun lähtökohta.

(2) Maailmassa oleva ihminen on ensisijaisesti kehollinen. Kehollisena hän aluksi kurottautuu kohti ympäristöä, käsittelee sitä ja muodostaa vasta sitten siitä käsitteitä. Siihen, että ihminen ensisijaisesti on kehonsa, syvennyn toisessa luvussa. Tarkastelun kohteeksi asettuvat silloin ihmisen kehollisuuden perusrakenteet: kehon intentionaalisuus, kehon temporaalisuus, elämismaailman suhde kehollisuuteen, objektikehon ja koetun kehon ero. Tässä luvussa tuon esiin myös ihmisen kokemukselliset tasot, joita kutsutaan kokemushorisonteiksi. Maurice Merleau-Pontyn ja Max Schelerin fenomenologiset analyysit tarjoavat tämän luvun lähtökohdan.

(3) Maailmassa oleva ihminen on aina eteenpäin suuntautuva, hänen olemisensa on olemista projektina. Tämän tekee mahdolliseksi ihmisen temporaalinen rakenne. Projektina ihminen voi valita olemisen mahdollisuuksistaan. Hän voi todellistua joko epävarsinaisen tai varsinaisen olemisen suuntaan. Varsinaisuuden toteuttaminen vaatii ihmiseltä harjoitusta. Tämän Heideggerin analyysin perustalta tarkastelen kolmannessa luvussa ihmisen niitä projekteja, jotka liittyvät liikuntaan ja urheiluun.

Erotan neljä keskeistä liikuntaan liittyvää projektia, joita kutsun '**voiton**', '**terveyden**', '**ilmaisun**' ja '**itsen**' projekteiksi. Alustavasti näitä projekteja voi luonnehtia seuraavasti: Kutsun voiton projektiksi kaikkia niitä liikuntamuotoja, joiden päämääränä on voitto. Huippu- ja kilpaurheilu osuvat tähän luokkaan. Terveiden projektiksi kutsun niitä liikkumisen tapoja, joissa ensisijainen päämäärä on terveydellinen. Niin kutsuttu kuntoliikunta ja terapialiikunta osuvat tähän luokkaan. Tanssia ja kaikkea sitä liikuntaa, jonka päämäärä on ilmaisu, kutsun ilmaisun projektiksi. Itsen projektilla tarkoitan kaikkia niitä liikkumisen tapoja, joiden tarkoituksena on tutkia itseä ja - Sven Krohnin ilmaisua käyttäkseni - etsiä jonkinlaista ydinihmistä¹.

Kolmannessa luvussa teen näiden projektien fenomenologista analyysiä ja tarkastelen, miltä liikunnan eri projektit näyttävät Heideggerin varsinaisen ja epävarsinaisen itsen näkökulmasta.

(4) Tarkennan analyysiäni neljänessä luvussa niihin ihmisen kokemushorisontteihin, joihin liikunta ihmisessä vaikuttaa. Teen samalla Heideggerin varsinaisen ja epävarsinaisen olemisen käsitteiden analyysiä kehollisen kokemuksen kannalta. Tässä tarkastelussa tutkimuksen kohteeksi asettuvat liikkuvuutemme genesis ja siihen liittyvät kokemukselliset tasot: "esiobjektiivinen", "esipersoonallinen", "ego-loginen" ja "transpersoonallinen keho"; ajattelu keholla; kysymys olevan mieleenpalauttamisesta ja siihen liittyvästä kehomuistista. Näin varsinaiseen olemiseen ja epävarsinaiseen olemiseen liittyvät keholliset kokemukset tulevat esiin ja niiden rakenne asettuu tarkastelun kohteeksi.

Tutkimukseni liittymisestä aikaisempaan liikunnan filosofiseen tutkimukseen voi todeta seuraavasti. Liikunnan filosofian tutkimuksen rajoittuessa niin anglosaksisessa kuin saksalaisessa tutkimusperinteessä vain urheilun filosofiaksi, liikkeen ja liikunnan yleisempää filosofista tarkastelua on tehty vähän. Liikunnan filosofian tutkimuksen kansainvälisen tason ja sen

¹Ks. Krohn 1990.

tutkimuskohteet voi nähdä muutamasta edustavasta antologiasta¹ sekä käymällä läpi alan ainoaa tieteellistä julkaisua *Journal of the Philosophy of Sport* -lehteä. Liikunnan filosofian tutkimus on vasta alussa. Olemassa oleva tutkimus koostuu lähinnä lyhyistä erilaisia urheilun eettisiä, esteettisiä ja yhteiskunnallisia kysymyksiä koskevista artikkeleista sekä urheiluun liittyvien käsitteiden (esim. *sport, play*) analyttisestä tarkastelusta.

Jos liikuntakulttuuria on pyritty tarkastelemaan yleisemmästä näkökulmasta, lähtökohtana on ollut yleensä sosiologinen asenne, jossa ei ole otettu huomioon yksityisen liikkujan liikkumiselleen itse asettamiaan päämääriä ja niihin liittyviä kokemuksellisia tasoja. Esimerkiksi E. Sironen lähtee tästä näkökulmasta ja erottaa neljä liikuntakulttuurin muotoa: kilpa- ja tulosurheilun, kansanliikunnan, kaupallisen liikuntakulttuurin ja vaihtoehtosektorin.² Liikkumiseen liittyvien kokemusten analyysi jää puheeksi "ruumiinkokemuksesta"³.

Tätä puhetta "ruumiinkokemuksesta" pyrin osassa tutkimustani tarkentamaan. Kaikkiaan tutkimukseni pyrkii olemaan liikuntaan liittyvien projektien ja niihin liittyvien kokemuksellisten rakenteiden fenomenologista analyysiä. Erityisesti tarkennan näkökulmani siihen, miten liike ja liikunta voi toimia ihmiselle tienä siihen, mitä Martin Heidegger kutsuu filosofiassaan varsinaiseksi itseksi. Tämä on ymmärtääkseni liikunnan projekteista ihmiselle tärkein ja näyttää liikunnan sellaisessa laajemmassa yhteydessä, jossa liikunta saa universaalien arvon.

I IHMISENÄ OLEMISEN ONTOLOGISET PERUSRAKENTEET

MAAILMASSA OLEVA IHMINEN⁴

Tarkasteluni kohteena on liikkuva ihminen, joka todellistuu aina maailmassa. Heideggerin käsite *in-derWelt-sein* luonnehtii tätä Ihmisen perustavaa olemisen tapaa. Heideggerin ihmisen todellistumista kuvaava sana *Dasein* viittaa jo "siellä olevaan", siis maailmassa olevaan. Ei siis ole niin, että Ihmisellä olisi jo jokin olemus maailmaan tullessaan, vaan hän saa olemuksensa olemassaolostaan. Heideggerin toteamus: "Ihmisen olemus on hänen olemassaolossaan"⁵, onkin eksistentiaalisen liikkeen peruslause.

¹ Ks. esim. Gerber, Morgan 1972; Osterhoud 1973; Lenk 1983; Morgan, Meier 1988.

² Sironen 1988, s. 13 - 19.

³ Ks. esim. Sironen 1988, s. 33; Eichberg 1987, s. 55; Silvennoinen 1988.

⁴ Heideggerin ilmaisu on *Dasein*, jonka käännän työssäni sanalla Ihminen. "Dasein" tarkoittaa "siellä olevaa" ja viittaa Heideggerilla siihen varsinaistumisen prosessiin, joka todellistuu ihmisessä. Tarkasti ottaen se ei siis ole sama kuin ihminen. Se ei viittaa oloon vaan prosessiin. Mutta koska ne oliot, joissa tämä prosessi toteutuu, ovat ihmisiä, Daseinin kääntäminen Ihmiseksi ei ole harhaanjohtavaa. Käyttäessäni jatkossa termiä Ihminen korostan ihmisenä olemisen prosessiluonnetta.

⁵ "Das 'Wesen' des Daseins liegt in seiner Existenz" SZ, s. 58

Heidegger toteaa, että Ihminen itse ymmärtää itsensä ontologisesti lähinnä niistä olioista ja niiden olemisesta käsin, jota hän ei itse ole, mutta jotka hän maailmassaan kohtaa¹.

Maailma voidaan ymmärtää monella eri tavalla², mutta tässä se tarkoittaa sitä maailmaa "jossa faktinen Ihminen Ihmisenä elää"³. Heideggerin maailmalla on siis samanlainen esiontologien merkitys kuin Husserlin *elämismaailmalla* ja Merleau-Pontyn *koetulla maailmalla*, vaikka se ei tarkoita samaa asiaa. Heidegger toteaa maailmansa tarkoittavan joko julkista meidän yhteistä maailmaamme tai omaa lähintä ympäristöämme.⁴

Heideggerilla maailmassa oleminen on jossain tilanteissa olemista. Merleau-Ponty toteaa myös maailman olevan kaiken käyttäytymisen tausta.⁵ Se on se, missä olemme: tilanteemme. Se, että Ihminen syntyy aina tiettyyn tilanteeseen, on hänen eksistenssin perusrakenne, josta hän voi vastata suuntautua kohti tulevaisuutta. Saman tapaisestihan elämismaailma on kaiken predikatiivisen kokemuksen lähtörakenne, se esipredikatiivinen taso, josta vasta kaikki predikatiivinen käy mahdolliseksi. Koetun maailman Merleau-Pontyn mielessä voi ymmärtää Heideggerin maailmassa olemisen välittömäksi kokemukseksi. Ihminen on aina maailmassa, joka on välittömästi hänelle annettu hänen elämismaailmaanaan.

Maailma on Heideggerille se yleinen horisontti, jossa Ihminen on. Oleminen on ihmiselle primaaria ja tästä olemisesta voidaan ottaa esiin erilaisia rakenteita, joista keskeisimpiä ovat varsinainen ja epävarsinainen oleminen. Ne ovat siis Ihmisenä olemisen erilaisia mahdollisuuksia, tapoja olla ja vain sitä.

Ihmisen maailmassa olemiseen liittyy aina tietty faktisuus. Hän ei voi lakata olemasta maailmassa, johon hänet on heitetty (*Geworfen*)⁶. Heitetyys on Heideggerin käsite, joka kuvaa Ihmisenä olemisen faktisuutta ilmiöiden tasolla.⁷ Faktisuus ei tarkoita maailman "kovia faktoja" ja niiden faktisuutta, vaan se on Ihmisen olemista kuvaava piirre, Ihmisen, joka on heitetty maailmaan, ja tuntee olevansa siitä jollain tapaa sivussa.⁸ Maailma, johon hänet on heitetty, on jo ollut valmis ennen häntä, ja toimii hänestä riippumatta.

Tähän liittyy *Angstin*, ahdistuksen, aspekti: Angst, joka syntyy sen ymmärtämisestä, että olen heitetty maailmaan. Heidegger toteaaakin, että ahdistukseemme on yksi maailmassa olemisemme tapa. Se, minkä edessä olemme ahdistuneita, on heitettyämme maailmaan ja se, mistä olemme ahdistuneita, on maailmassa olemisen mahdollisuutemme.⁹

Ihminen on siis heitetty olemiseen ja kuitenkin työnnetty jotenkin syrjään. Heidegger selvästi painottaa tällä tulkinnallaan faktisuutemme kokemuksellista puolta. Ihminen on täsmälleen sitä mitä hän on, ei enempää eikä vähempää. Tähän faktisuuteemme kuuluu kuitenkin olennaisena osana

¹ SZ, s. 58.

² SZ, ss. 64 - 65.

³ "<...> 'worin' ein faktisches Dasein als dieses 'lebt'." SZ, s. 65.

⁴ SZ, s. 65.

⁵ PP, s. 103.

⁶ SZ, s. 179.

⁷ SZ, s. 179.

⁸ SZ, s. 135.

⁹ SZ, s. 191.

olemisen mahdollisuus (*Seinkönnen*). Olemisen mahdollisuutena Ihminen on myös sitä, mitä hän ei vielä ole.¹

OLIO ITSESSÄÄN, OLIO ITSELLEEN

Situaatioomme kuuluu kaikki se, mikä on käsillä (*zuhanden*) ja esillä (*vorhanden*), siis kalusto, välineistö (*Zeug*). Esineet viittaavat aina toisiinsa ja muodostavat moninaisia suhteiden ja viittausten verkostoja.² Ihmisenä olemisen eroaa tietysti radikaalisti esineenä olemisen tavasta. Vasta kuoltuaan Ihmisestä tulee esine.³

Tähän ihmisen ja esineen olemistavan eroon viitataan fenomenologisessa analyysissä usein käsitteillä olio itselleen (*l'être-pour-soi, für-sich-sein*), jolla viitataan ihmiseen tietoisuutena, ja olio-itsessään (*l'être-en-soi, an-sich-sein*), jolla viitataan esineisiin. Sartren ontologiassa ne ovat peruskäsitteitä.

Fenomenologisessa traditiossa ihmisen tajunnallisuus ja kehollisuus nähdään hänen eksistenssinsä perusulottuvuuksina. Ihmisen eksistenssi on eräänlainen perussubstanssi, jonka ulottuvuuksia tai aspekteja tajunnallisuus ja kehollisuus ovat. Näin ajatteli myös esimerkiksi Spinoza, jolle tajunta ja keho olivat saman substanssin (Jumala) kaksi attribuuttia.

Käsitteet olio-itselleen ja olio-itsessään ovat hyödyllisiä välineitä tutkittaessa ihmisenä olemisen ja esineenä olemisen välisiä rakenteita. Näin on erityisesti, kun tutkittavana on tilanne, jossa ihmiseen suhtaudutaan esineenä tai hän itse suhtautuu itseensä niin. Selitän näitä käsitteitä lähinnä Sartren analyysin pohjalta.

Totesin jo edellä, että Ihmisen olemassaolo edeltää olemusta. Sitä vastoin oliolla-itsessään, esineellä, päinvastoin olemus, essentia, edeltää olemassaoloa, eksistenssiä. Ihmisellä ei ole mitään etukäteen määrättyä olemusta, vaikka hänellä onkin mahdollisuus kehittyä tietynlaiseksi; vasta olemassaolossaan ihminen tekee itsestään sen, mikä hän on. Vasta ihmisen elämä lyö lukkoon hänen olemuksensa, joka itse asiassa tulee lopullisesti lukkoonlyödyksi hänen kuolemassaan. Sitä vastoin olio-itsessään tarkoittaa valmista olemusta. Esimerkiksi tuolin valmistusohjeet eli olemus on sananmukaisesti olemassa ennen kuin tuoli itse. Esine on sitä, mikä se on. Ihminen tekee itsestään sen, mikä hän on. Jos siis ihminen tulee kohdeksi esineenä, häntä kohdellaan hänen olemuksensa vastaisesti.

Brentanon ja Husserlin analyysien mukaan tietoisuuden perusrakenne on sen intentionaalisuus. Tietoisuus on aina tietoisuutta jostakin.⁴ Ei ole siis niin kuin Descartes ajatteli, että tietoisuuden perusrakenne on "minä ajattelen", vaan "minä ajattelen jotakin": ajattelen puuta, rakastan sinua jne.

¹ SZ, s. 145.

² EN, s. 370.

³ SZ, s. 238.

⁴ EN, s. 28.

Sartre toteaakin, että tietoisuuden rakenteeseen kuuluu aina transsendenssi ja se syntyy aina sellaisen olion tukemana, mitä se ei itse ole.¹

Tässä näkyy maailmassa-olemisen perustava ontologinen merkitys ihmisen tietoisuudelle. Maailma on se välttämätön korrelaatti, joka synnyttää tietoisuuden ja jonka 'kannattamana' tietoisuus jatkuvasti on olemassa.

OLEMINEN TOISEN KANSSA

Ihmisen maailma on aina maailma, jonka hän jakaa muiden kanssa. Heidegger kirjoittaa: "Ihmisen maailma on kanssa-olemisen maailma. Sisällä-oleminen on yhdessä olemista toisten kanssa."² Emme kohtaa muita Ihmisiä kuten esineitä. Kohtaamme heidät tekevinä ja tuntevina olioina ja kokemuksestamme voimme päätellä toisten olevan itsemme kanssa samankaltaisia. Heideggerille yksin oleminenkin on vain yksi kanssa-olemisen modaaliteetti.³ Jotta voin puhua yksin olemisesta, on minun myös oltava kanssa. Kyseessä on Ihmisen eksistentiaalinen rakenne, eikä tämän rakenteen kohdalla ole merkitystä, onko joku toinen läsnä vai ei.⁴

Ihmisen suhde käsillä-olevaan on *Besorge*, huolehtiminen; Ihmisen suhde toiseen Ihmiseen on *Fürsorge*, huolenpito⁵, joka Heideggerille on eksistentiaali, yksi Ihmisenä olemisen perusrakenne, joka voi saada eri muotoja. Sen epävarsinaisia muotoja ovat mm. välinpitämättömyys toisesta ja toista vastaan oleminen.⁶ Epävarsinaiseen toisen kanssa olemiseen liittyy Heideggerilla toisen kohtelemisen esineenä.⁷ Koska Heideggerin mukaan Ihminen on lähinnä ja miltei aina olemassa epävarsinaisella tavalla, hänen suhteensa toiseen muistuttaa suhdetta esineeseen.

Epävarsinaiseen toisen kanssa olemiseen liittyy myös se huolenpidon tapa, jossa toinen alistetaan tai tehdään toisesta riippuvainen. Toisesta voidaan pitää liikaa huolta ja riistää häneltä hänen olemisen mahdollisuutensa. Tällainen huolenpito on puuttumista toisen elämään (*einspringen*).⁸

Mutta on myös toisenlainen huolenpidon tapa, jossa toisen olemiseen ei puututa, vaan - Heidegger käyttää sanaa *vorausspringen*, hypätä edelle - toiselle pyritään antamaan takaisin tai osoittamaan hänen olemisen mahdollisuutensa. Tämä auttaa toista, kuten Heidegger runollisesti toteaa, tulemaan läpinäkyväksi itselleen ja vapaaksi.⁹ Tätä voisi verrata Kantin eettiseen periaatteeseen, jonka mukaan toista tulee kohdella päämääränä eikä välineenä johonkin muuhun.

¹ EN, s. 28.

² "Die Welt des Daseins ist Mitwelt. Das In-sein ist Mitsein mit Anderen." SZ, s. 118.

³ SZ, s. 120.

⁴ SZ, s. 120 - 121.

⁵ SZ, s. 121.

⁶ SZ, s. 121.

⁷ SZ, s. 121.

⁸ SZ, s. 122.

⁹ SZ, s. 122.

Heideggerin mukaan jokapäiväinen Fürsorge liikkuu näiden kahden ääripään välillä: se "hyppää sisään" ja dominoi tai se "hyppää edelle" ja vapauttaa, tuottaen mitä erilaisempia toisen kanssa olemisen muotoja.

Toisen kanssa olemiseen liittyy myös se, miten erilaisin naamioiden peitämme itsemme toisen näkyvistä. Sartre puhuu sulautumisesta rooliin yhtenä epävarsinaisuuden muotona. Esittäessämme roolia olemme kaukana itsestämme. Voimme kuitenkin myös avata itsemme toiselle sen sijaan että suljemme itsemme häneltä. Itsensä avaamisen tai sulkemisen mahdollisuus perustuu juuri tähän Ihmisen ontologiseen perusrakenteeseen: olemiseen toisen kanssa.¹ Heidegger toteaa toiselle avautumisen edustavan ymmärtävää olemista toisen kanssa.² Tämä olemisen tapa on perustava ontologinen silta minän ja toisen välillä.

Jokapäiväisessä toisen kanssa olemisessa Ihminen pitää huolta siitä, miten hän eroaa muista. Pitäisikö tämä ero tasoittaa, onko hän jäljessä ja jotain pitää tavoittaa, vai onko hän toista edellä jossakin suhteessa ja voi pitää toista näin alistettuna. Huoli tästä etäisyydestä (*Abständigkeit*) kuuluu eksistentiaalina jokapäiväiseen toisen kanssa olemiseen.³ Ihminen omassa olemisessaan mittaa itseään toisista käsin: "Se ei itse ole, toiset ovat ottaneet siltä olemisen."⁴

Ketkä toiset? "'Kuka' on neutri, Kuka Tahansa."⁵ Heideggerin vastaus on substantivoitu saksan kielen passiivin subjekti *das Man*⁶, neutri, joka ei ole kukaan erityisesti ja jota kaikki ovat. "Kuka Tahansa" viittaa siihen väsyneeseen olemisen tapaan, jossa livutaan virran mukana, ei tematisoida omia olemisen mahdollisuuksia, vaan tyydyttään olemaan sitä, mitä "kaikki ovat".

On olemassa myös toinen toisena olemisen taso, jota Emmanuel Levinas kutsuu transsendentiksi, absoluuttisesti toiseksi tai äärettömäksi. Levinasin mukaan ihmisen "metafyysinen halu" kohdistuu tähän absoluuttiseen toiseen.⁷ Martin Buber puhuu minä-Hän -suhteesta erotuksena minä-se -suhteesta.⁸

Levinasin mukaan voimme nähdä tämän transsendentin jäljen toisen kasvoissa.

Levinasin mukaan on erotettava toisistaan jälki ja merkki. Merkki on aina osa jotakin merkkijärjestelmää ja se voidaan kokonaan ymmärtää sen puitteissa. Jälki sen sijaan osoittaa jotakin, joka ei ole läsnä. Kun näemme ketun jäljet hangella, tiedämme, että kettu on ollut tässä aikaisemmin, ohittanut tämän paikan, mutta nyt se on jo mennyt. Se on läsnä vain jälkensä kautta. Siitä, mikä on läsnä jälkensä kautta, ei tietenkään voi sanoa, että sitä ei lainkaan olisi. Päinvastoin. Sen poissaolo tekee siitä eräällä tavalla näkyvän. Levinasilla on esimerkki kirjeestä, jonka sanat ja kirjaimet ovat merkkejä, ja ne on helppo ymmärtää kielen järjestelmän kautta. Mutta kirje on myös jälki lähettäjästään. Voin rivien välistä päätellä kirjoittajan ajatuksista, joita hän ei ilmaise. Itse kirje on myös jälki, joka synnyttää minussa tunteen sen lähettäjän poissaolosta.

¹ SZ, s. 124.

² SZ, s. 124.

³ SZ, s. 126.

⁴ "Nicht es selbst ist, die Anderen haben ihm das Sein abgenommen." SZ, s. 126.

⁵ "Das 'Wer' ist das Neutrum, das Man." SZ, s. 126.

⁶ Käännän jatkossa Heideggerin termin "das Man" sanoilla "Kuka Tahansa".

⁷ Levinas 1979, s.33.

⁸ Buber 1987, s. 15.

Transsendentin jälki kutsuu meitä kohti vastuuta ja varsinaista olemista. Levinas kutsuu minun maailmaani totaliteetiksi, jonka keskusta olen minä ja johon kuuluu kaikki se, minkä minä pystyn hallitsemaan ja ymmärtämään. Tämän maailman ulkopuolella on kuitenkin toinen, jonka suuntaan minun on mahdollista avautua ja saada sen osa osaksi omaa maailmaani. Levinasin mukaan meillä ei voi olla suoraa kokemusta tästä todellisuudesta, voimme kokea vain sen jälkiä, joista Levinasille keskeisin on toisen kasvot.¹

Voimme kokea transsendentin jälkiä mitä erilaisimmissa tilanteissa, jos olemme oikealla tavalla virittyneet. Eivät vain toisen kasvot vaan myös taide, luonto, filosofia, pyhä teksti, mutta myös liikunta voi synnyttää meissä tämän kokemuksen. Näin erityisesti niissä liikuntamuodoissa joissa liike tematisoidaan itsen tutkimisen kannalta, mutta myös muunlainen liike. Muunlaisissa liikunnan projekteissa näiden liikkeen synnyttämien kokemuksellisten jälkien tulkitseminen jäljeksi eikä merkiksi on vaikeampaa, koska mitään kohdallista tulkintakehystä ei ole.

Levinas tuo esiin läheisyyden toisen kanssa olemisen horisonttina. Läheisyys on Levinasin mukaan alkuperäinen kieli, kieli jossa ei käytetä lauseita eikä sanoja vaan puhdasta kommunikaatiota.² Läheisyyden akteja ovat Levinasille puhe ja kosketus.³ Tähän voisi lisätä Sartren korostaman katseen. Kaikkien näiden kosketuspintojen välityksellä olemme toisen kanssa. Sekä puhe, kosketus että katse voivat synnyttää sekä etäisyyttä että läheisyyttä. Tässä mielessä katseen kokemushorisontin ääripäitä edustavat rakastava katse ja alistava tai vihaava katse, kosketuksen hyväily ja murha (Levinas).

Maailmassa oleminen tarkentuu siis olemiseksi toisen kanssa. Tässä kanssa olemisessa on useita tasoja, joista keskeisiä ovat suhteet: minä ja esineet, minä ja toinen, minä ja transsendentti. Kaikki nämä toisen kanssa olemisen tasot tulevat eri tavoin tematisoiduksi liikunnan eri projekteissa, jos ne tulevat tematisoiduksi lainkaan.

¹ Ks. Varto 1989c, s. 82 - 83.

² Levinas 1987, s. 280.

³ Levinas 1987, s. 278, 296.

OLEMINEN PROJEKTINA

Ihmisen perusrakenteeseen kuuluu olemisen ymmärrys.¹ Ihmisen ymmärrys on esisijassa mahdollisuuksien ymmärtämistä. Se, että Ihminen on olemisen mahdollisuutensa, perustuu siihen, että hän ymmärtää ne. Vasta ymmärryksen kautta hän voi suuntautua kohti mahdollisuuksiaan. Heidegger kirjoittaa: "Mahdollisuus eksistentiaalina on sitävastoin alkuperäisin ja viimeisin positiivinen ontologinen Ihmisen määrätymisen tapa."² Ymmärrys avaa Ihmiselle hänen olemisen mahdollisuutensa ja eräällä tavalla "tunkeutuu" niihin, suuntautuu niitä kohti.³ Tämä ymmärryksen eteenpäin pyrkivä voima johtuu siitä, että sen eksistentiaalinen rakenne on *Entwurf*, jonka käännän tässä projektiksi. "Entwerfen" tarkoittaa heittämistä pois, mutta myös suunnittelua, luonnostelua. Heidegger ei kuitenkaan tarkoita tällä sanalla mitään suunnitelman mukaan toimimista, vaan se on Ihmisen perusrakenne, jota hän aina jo on, ja niin kauan kuin hän on, hän on aina sitä: Ihminen ymmärtää ja tulee aina ymmärtämään itsensä mahdollisuuksiensa kautta.⁴

Tämän olemisen rakenteensa kautta Ihminen on jatkuvasti enemmän, kuin mitä hän faktisesti on. Ihmisen olemiseen kuuluu aina avoimuus kohti omia olemisen mahdollisuuksia. Heidegger kirjoittaaakin: "Vain koska Ihmisen oleminen konstituoituu ymmärtämisen ja sen projektiluonteen kautta, koska Ihminen on se mikä siitä tulee tai mikä siitä ei tule, voi Ihminen sanoa ymmärtäen itselleen: 'tule siksi, mitä olet!'"⁵

Ymmärtäminen projektissa on merkitysten ymmärtämistä. Jotta voin ymmärtää erilaisia olemisen mahdollisuuksiani, minun on ymmärrettävä niiden merkitys. Merkitysten ymmärtäminen on tulkintaa, johon liittyy aina tietty esiyymmärrys. Heidegger jakaa tämän esiyymmärryksen kolmen käsitteen alle: *Vorhabe*, *Vorsicht* ja *Vorgriff*.⁶ Käytän myöhemmin näitä käsitteitä liikunna eri projekteihin liittyvien esiyymmärrysten eksplikoinnissa. Selitän nyt niiden merkityksen yhden esimerkin avulla.

Millaiset ovat esiyymmärryksen eri tasot itsen projekteissa, kun tutkitaan sitä, mitä "itseksi tuleminen" tarkoittaa? Tällöin *Vorhabe* on se, mitä meillä on ennakolta. Heidegger viittaa tällä siihen kokonaisuuteen, jonka puitteissa tulkinta tapahtuu ja joka on jo ymmärretty. Tässä esimerkissä tämän voisi nähdä koko sinä kokemuserustana (myös tiedollisena), joka tulkitsijalla "itseksi tulemisesta" on. Se riippuu kulttuurista, jossa hän elää, lukeneisuudesta, harrastuksista jne., toisin sanoen hänen elämismaailmastaan.

¹ SZ, s. 143.

² "Die Möglichkeit als Existential dagegen ist die ursprünglichste und letzte positive ontologische Bestimmtheit des Daseins." SZ, s. 143 - 144.

³ SZ, s. 145.

⁴ SZ, s. 145.

⁵ "Und nur weil das Sein des Da durch das Verstehen und dessen Entwurfcharakter seine Konstitution erhält, weil es ist, was es wird bzw. nicht wird, kan es verstehend ihm selbst sagen: 'werde, was du bist!'. SZ, s. 145.

⁶ SZ, s. 150.

Vorsicht tarkoittaa näkökulmaa. Tulkinnan kohdetta lähestytään aina jostakin näkökulmasta. Kysymyksen asetelustamme näkyy näkökulmamme. "Itseksi tulemisen" tulkinnassa näkökulma voi olla jungilainen psykologia ja sen individuaatioprosessi tai vaikkapa filosofinen mystiikka.

Hyväksyessämme tietyn näkökulman lyömme lukkoon tietyn ennakkokäsitteistön. Tulkitsen Heideggerin Vorgriff-käsitteen tässä näin.¹ Esimerkissämme tällaisena ennakkokäsitteistönä voisi olla vaikkapa Heideggerin filosofiset käsitteet, niin kuin tässä tutkimuksessa. Näin tulkittavalle ilmiölle voi käydä kahtalaisesti: Käsitteet voidaan luoda ilmiöstä itsestään, jolloin käsitteet kuvaavat hyvin ilmiötä, tai ilmiö tulee pakotettua sellaisiin käsitteisiin, joihin se ei olemistavastaan johtuen lainkaan sovi.²

Projektiin liittyy aina tietoisuus maailmasta mahdollisuuksina, joista Ihminen joutuu valitsemaan. Heidegger toteaa mahdollisuuden eksistentiaalina olevan alkuperäisin ja viimeisin positiivinen tapa, jonka avulla Ihminen voidaan ontologisesti luonnehtia.³ Koska Ihminen on aina olemisen mahdollisuutensa, hän on joko antanut niiden mennä ohitse tai on juuri tarttumassa niihin. Ihmisellä on vapaa valinta. Ihminen on mahdollisuus, joka on sille itselleen annettu. "Ihminen on ominta olemisen mahdollisuuttaan varten oleva vapaana olemisen mahdollisuus"⁴, kirjoittaa Heidegger. Tämä olemisen mahdollisuus on sille "läpinäkyvä" (*durchsichtig*) eri tavoin ja eri asteisena.⁵

Ihminen ei tietenkään voi olla sellainen mahdollisuutensa, jota hän ei ymmärrä. Vasta ymmärrys avaa Ihmiselle sen, mihin hän kykenee, mitä hän voi olla. Tähän liittyy tietysti mahdollisuuksien kohdallinen esiymmärrys.

Heidegger liittää vapauden ja valinnan yhteyteen myös Angstin toteamalla: "Ihmisessä ahdistus ilmentää sen omimman olemisen mahdollisuuden olemista; tämä tarkoittaa vapaana olemista sitä varten, että hän voi valita itsensä ja tarttua itseensä."⁶ Angst tuo Ihmisen hänen oman vapautensa eteen, vapauden olla varsinaisesti, autenttisesti sinä mahdollisuutena, jota se aina on.

On tietenkin selvää, että kun puhutaan Ihmisen vapaudesta, ei voida tarkoittaa vapautta missään absoluuttisessa mielessä. Situaatiomme asettaa aina vapautemme rajat. "Elämässämme tekemämme valinnat perustuvat aina johonkin annettuun"⁷, kirjoittaa Merleau-Ponty. Merleau-Pontyille vapaus onkin vapautta asettaa itsensä tilanteeseen.⁸

Ihmisen mahdollisuudet muodostavat monitasoisen verkoston. Mahdollisuutemme voidaan jakaa karkeasti kahtia: niihin, jotka voimme toteuttaa tässä ja nyt tilanteemme puitteissa ja niihin, jotka voimme toteuttaa vasta sitten, kun olemme harjoittelun avulla tuoneet esiin joitakin

¹ Ei ole selvää tarkoittaako Heideggerin "griff" jo samaa kuin "Begriff"; Vorgriff voisi olla ennakkokäsittämistapa, ennako-tarttumis-kohta. Huomautus Juha Varto.

² SZ, s. 150.

³ SZ, s. 144.

⁴ "Das Dasein ist die Möglichkeit des Freiseins für das eigenste Seinkönnen." SZ, s. 144.

⁵ SZ, s. 144.

⁶ "Die Angst offenbart im Dasein das Sein zum eigensten Seinkönnen, das heisst das Freisein für die Freiheit des Sich-selbst-wählens und -ergreifens." SZ, s. 188.

⁷ "Le choix que nous faisons de notre vie a toujours lieu sur la base d'un certain donné." PP, s. 519.

⁸ PP, s. 158.

potentiaalejamme. Voidaan puhua myös avoimista ja suljetuista mahdollisuuksista. Viimeksi mainittu tarkoittaa vapautta valita sellainen mahdollisuus, jota olemme potentiaalisesti. Voin esimerkiksi päättää puhua kiinaa. Kiinan kielen taito on mahdollisuuteni, joka liittyy yleisemmin siihen potentiaalisuuteeni, että Ihminen on kielellä kommunikoiva olento. Voin toteuttaa tämän mahdollisuuteni vain harjoittelun kautta. Myös ihmisen varsinaistuminen on ihmisen potentiaalisuuden paljastumista.

IHMISEN TEMPORAALINEN RAKENNE

Projektina oleminen on aina olemista kohti tulevaisuutta. Vain tulevaisuus tekee ontologisesti mahdolliseksi sen, että on olemassa olio, jonka oleminen on olemista mahdollisuutena. Ihminen suuntautuu aina eteenpäin, sen oleminen on *sich-vorwärts-sein*¹, olemista eteenpäinrientevästi. Huolen (*Sorge*) perusrakenteena tämä temporaalisuus ulottuu läpi koko Ihmisen konstituution. Kaikissa ontologisissa rakenteissaan Ihminen on temporaalinen. Temporaalisuus ihmisen perusrakenteena ei edellytä Huolta, kuten esimerkiksi Sartren ja Merleau-Pontyn analyysit osoittavat. Se, että Heideggerille Ihmisen temporaalinen rakenne on juuri Huoli, liittyy yleisemmin hänen tapaansa ilmaista käsitteet kokemuksellina.

Ihmisen faktisuuteen kuuluu, että hän on syntynyt ja syntyneenä hän tekee jo kuolemaa siinä mielessä, että hän on kohti kuolemaa.² Heideggerilla ihmisen kuolemaa kohti oleminen on se tosiasia, jonka ymmärtävä kohtaaminen voi kääntää ihmisen epävarsinaisuudesta kohti varsinaista olemista.

Fenomenologisesti voimme tehdä eron objektiivisen ajan ja subjektiivisen, koetun ajan välillä. Heidegger viittaa objektiiviseen aikaan todetessaan: "Aikaa kuluttavana Ihminen tekee laskutoimituksia ajalla."³ Objektiivinen aika on juuri se aika, jota voidaan laskea ja verrata ja jota kellot pyrkivät mahdollisimman tarkasti osoittamaan. Subjektiivinen aika on koettua aikaa. Ylipääntänsä kokemus, jotta se olisi mahdollinen, vaatii ajan horisontikseen.⁴ Siksi Heideggerille Huoli ja sen temporaalisuus onkin niin keskeinen.

Merleau-Ponty puhuu nykyisyyden kentästä (*un champ de présence*)⁵ sinä kenttänä, jossa jatkuvasti elämme ja jossa menneisyytemme ja tulevaisuutemme meille kokemuksena on. Merleau-Ponty kirjoittaa: "Eletty hetki kietoo menneisyyden ja tulevaisuuden vahvuuteensa."⁶ Ajan ja myös koetun avaruuden merkitys kaiken kokemuksen horisonttina tulee hyvin esiin seuraavasta Merleau-Pontyn lauseesta: "Havaintokenttäni kaikkien avaruudellisten horisonttien välityksellä olen läsnä ympäristölleni, olen olemassa yhtäaikaan kaikkien sen taakse ulottuvien maisemien kanssa; kaikki nämä perspektiivit yhdessä muodostavat yhden temporaalisen aallon, yhden maailman hetkistä. Havaintokenttäni temporaalisten horisonttien kautta olen läsnä nykyisyydelleni, kaikelle edeltävälle

¹ SZ, s. 192.

² SZ, s. 374.

³ "Zeit brauchend rechnet es mit ihr." SZ, s. 333.

⁴ PP, s. 30.

⁵ PP, s. 382.

⁶ "Le présent vécu renferme dans son épaisseur un passé et un avenir." PP, s. 318.

menneisyydelle ja tulevaisuudelle."¹ Merleau-Ponty toteaa edelleen nykyisyyden olevan etuoikeutetussa asemassa menneisyyteen ja tulevaisuuteen nähden siksi, että se on kenttä, jossa olemisen ja tietoisuus osuvat yhteen.²

Liikunnan kannalta nämä temporaaliset rakenteet ovat tärkeitä siksi, että eri liikunnan projekteissa ne tulevat eri tavalla tematisoiduiksi. Esimerkiksi voiton projektissa korostuu objektiivinen aika, itsen projekteissa koettu aika.³

EPÄVARSINAINEN OLEMINEEN

Tehdessään eron Ihmisen varsinaiseen ja epävarsinaiseen olemiseen Heidegger liikkuu ontologisella akselilla ja kuvaa siis Ihmisen ontologisia olemisen mahdollisuuksia. Se että hänen kuvauksensa on osuva, näkyy siitä, että varsinaisen ja epävarsinaisen olemisen ontisia esimerkkejä on helppo löytää esimerkiksi uskonnollisen kokemuksen alueelta. Esimerkiksi Rudolf Bultmann tulkitsee kristillisessä teologiassaan varsinaisuuden uskossa olemiseksi ja epävarsinaisuuden synnissä elämiseksi.⁴ Buddhalaisuudessa varsinaista olemista vastaisi *pradzna*, viisaus, joka syntyy valaistumisesta, ja epävarsinaisuus elämistä tietämättömyydessä, *klesa*.⁵ Psykologiassa hyvä ontinen esimerkki varsinaisesta ja epävarsinaisesta olemisestä on Jungin individuaatioprosessin käsite, jolla Jung pyrkii kuvaamaan "itseksi tulemisen" prosessia, siis siirtymistä epävarsinaisesta olemisestä kohti varsinaista olemista.⁶ Heideggerin jako on ontologinen ja edellä esitetyt esimerkit ovat sen ontologis-ontisia eksemplifikaatioita.⁷

Heidegger ei itse lainkaan puhu varsinaisuuden ja epävarsinaisuuden ontisista muodoista, vaikka onkin muistettava, että yksi hänen inspiraationsa lähteistä oli Mestari Eckhart.

Epävarsinaisessa olemisessä Ihminen sulautuu Keneen Tahansa, siihen mitä kaikki ovat. Kuka Tahansa on kuitenkin eksistentiaali ja alkuperäisenä ilmiönä kuuluu Ihmisen positiiviseen konstituutioon.⁸ Heideggerilla on ajatus, että se laajuus, missä Kuka Tahansa ja sen ylivalta Ihmiseen tulee sille pakottavaksi, voi muuttua historian kuluessa.⁹ Epävarsinaisuuteen liittyy jokapäiväisyys (*Alltäglichkeit*). Jokapäiväisen Ihmisen itse on Kenen Tahansa itse (*das Man-selbst*), joka on eri kuin varsinainen itse. Kenen Tahansa itse on jotakin, joka ymmärretään Kenestä Tahansa

¹ "Par mon champ perceptif avec ses horizons spatiaux, je suis présent a mon entourage, je coexiste avec tous les autres paysages qui s'étendent au dela, et toutes ces perspectives forment ensemble une seule vague temporelle, un instant du monde; par mon champ perceptif avec ses horizons temporels, je suis présent a mon présent, a tout le passé qui l'a présédé et un avenir." PP, s. 381 - 382.

² PP, s. 485.

³ Tämä liittyy siihen yleisempään ilmiöön, että voiton projektin keho on *objektikeho*, itsen projektien keho on *koettu keho*. Selvennänä nämä käsitteet toisessa luvussa.

⁴ Zimmerman 1986, s. 17.

⁵ Ks. näistä käsitteistä esim. Dumoulin 1987, s. 47 - 50.

⁶ Ks. esim. Jung 1977, s. 225 - 226, jossa hän vertaa individuaatioprosessia zenin koan harjoitukseen.

⁷ Zimmermann 1986, 17.

⁸ SZ, s. 129.

⁹ SZ, s. 129.

käsin. Varsinainen itse tulee ymmärretyksi ihmisestä itsestä käsin. Kenen Tahansa itsenä yksityinen ihminen on hajonnut Keneen Tahansa, ja tullakseen varsinaiseksi hänen pitää ensin löytää itsensä.¹

Ihminen on suurimman osan ajastaan Kuka Tahansa ja pysyy sellaisena, Heidegger toteaa.² Epävarsinainen oleminen ei tarkoita Heideggerilla "vähemmän" olemista. Heidegger luonnehtii Ihmisen olemista epävarsinaiseksi silloinkin, kun hän "on" hyvin täydellä ja konkreettisella tavalla kiireinen, kiinnostunut ja valmiina nautintoon.³ Varsinaisenkin olemisen Heidegger toteaa olevan Kenen Tahansa olennainen eksistentiaali.⁴

Heidegger kuvaa Kenen Tahansa olemista näin: "Nautimme ja huvittelemme niin kuin kaikki nauttivat ja huvittelevat; luemme, katsomme ja arvostelemme kirjallisuutta ja taidetta niin kuin kaikki tekevät; mutta erottaudumme 'massoista' niin kuin kaikki erottautuvat; pahastumme siitä, mistä kaikki pahastuvat. Kenä Tahansa oleminen, sellaisena mikä ei ole mitään määrättyä, mutta jota kaikki ovat, eivät tosin summana, määrää jokapäiväisyyden olemisen tavan."⁵

Jokapäiväisyydessäkin Ihmiselle hänen olemisensa on tärkeää, hän vain suhtautuu siihen silloin jokapäiväisyyden modalityettien mukaan. Tätä suhtautumista Heidegger kuvaa olemistaan pakenemiseksi ja sen unohtamiseksi.⁶

Heidegger erottaa Keneen Tahansa ja jokapäiväiseen itsenä-olemiseen liittyviä rakenteita seuraavasti:

(1) Etäisyys. (*Abständigkeit*). Tällä käsitteellä Heidegger tarkoittaa sitä, että Ihminen aina suhteuttaa itsensä toisiinsa, on olemassa etäisyyden kautta toiseen, joka on Kuka Tahansa.⁷ Tähän liittyy jokapäiväinen toisen kanssa oleminen, jolloin Ihminen "ei itse ole".⁸

(2) Keskiavertaisuus. (*Durchschnittlichkeit*). Heidegger viittaa tällä siihen, että Kuka Tahansa ei salli poikkeavuutta. Heidegger kirjoittaa näin: "Kaikki alkuperäinen latistetaan yhdessä yössä jo kauan tunnetuksi. Kaikki kamppailen saavutettu muuttuu käden käänteessä manipuloidavaksi. Jokainen salaisuus menettää voimansa."⁹ Tämä Kenen Tahansa piirre paljastaa sen, mitä Heidegger kutsuu

(3) kaikkien olemismahdollisuuksien tasapäästämisiksi (*Einebung*).

¹ SZ, s. 129.

² SZ, s. 129.

³ SZ, s. 43.

⁴ SZ, s. 130.

⁵ "Wir geniessen und vergnügen uns, wie man genießt; wir lesen, sehen, und urteilen über Literatur und Kunst, wie man sieht und urteilt; wir ziehen uns aber auch vom 'grossen Haufen' zurück, wie man sich zurückzieht; wir finden 'empörend', was man empörend findet. Das Man, das kein bestimmtes ist und das alle, obzwar nicht als Summe, sind, schreibt die Seinsart der Alltäglichkeit vor." SZ, s. 126 - 127.

⁶ SZ, s. 44.

⁷ SZ, s. 126.

⁸ "Nicht es selbst ist ..." SZ, s. 126.

⁹ "Alles Ursprüngliche ist über Nacht als längst bekannt geglättet. Alles Er kämpfte wird handlich. Jedes Geheimnis verliert sein Kraft." SZ, s. 127.

Nämä kolme rakennetta, etäisyys, keskivertoisuus ja tasapäästäminen konstituivat julkisuuden (*Offentlichkeit*).¹ Julkisuus on lähinnä se, mikä kontrolloi jokaisen tavan, jolla maailma ja Ihminen tulkitaan, ja se on aina oikeassa, koska se ei ole herkkä vivahteille ja aitouden asteille eikä siten koskaan pääse asian ytimeen, toteaa Heidegger.²

Kuka Tahansa helpottaa Ihmisen olemista poistamalla taakan (*entlasten*) Ihmisen harteilta tulemalla sitä vastaan (*kommt entgegen*).³ Koska Kuka Tahansa esittää jokaisen arvostelun ja päätöksen omanaan, se poistaa yksityiseltä Ihmiseltä hänen vastuunsa. Koska Kuka Tahansa helpottaa näin Ihmisen olemista, se myös hallitsee sitä.⁴

"Jokainen on toinen, eikä kukaan itsensä"⁵, kirjoittaa Heidegger. Näissä rakenteissa tulee esiin se olemisen tapa, joka on meille läheisin: epävarsinaisuus (*Uneigenlichkeit*) ja epäitsenäisyys (*Unselbständigkeit*).⁶

Heidegger käyttää käsitettä *verfallen* (pudota, langeta, rappeutua) kuvatessaan sitä, kuinka Ihminen on "kadottanut" itsensä Kenen Tahansa julkisuuteen.⁷ Heidegger kirjoittaa: "Ihminen on aina jo pudonnut pois itsestään varsinaisena itsenä olemisen mahdollisuutenaan ja se on langennut 'maailmaan'."⁸ *Verfallen*, lankeaminen maailmaan tarkoittaa kietoutumista olemiseen toisen kanssa niin, että sitä ohjaavat *Gerede*, *Neugier* ja *Zweideutigkeit*. Näin Heidegger tulee määritelleeksi epävarsinaisuuden tarkemmin lankeamisen avulla. Epävarsinaisuus tarkoittaa silloin eriyistä maailmassa olemisen tapaa, jossa Ihminen on täysin maailmassa ja toisen kanssa Kenessä Tahansa⁹. Silloin Ihminen ei ole itsensä (*Das Nicht-es-selbst-sein*)¹⁰.

Epävarsinaista toisen kanssa olemista ohjaavat siis *Gerede*, *Neugier* ja *Zweideutigkeit*.

"Das *Gerede*" voidaan kääntää arkipuheeksi tai löpöttelyksi. Ottaessaan käyttöön tämän käsitteen Heidegger toteaa heti, että sitä ei pidä ymmärtää mitenkään halventavassa mielessä.¹¹ Jokapäiväisyys konstituoii Ihmisen ymmärryksen ja tulkitsemisen tavan niin, että se tuottaa *Gereden*. Tässä puheen tavassa on tärkeää, että puhe on jatkuvaa, ei se, mitä sanotaan. "*Gerede*" on menettänyt kosketuksensa niiden asioiden olemisen tapaan, joista puhutaan tai ei ole koskaan tällaista kosketusta saavuttanutkaan.¹² Tästä seuraa se, että "*Gerede*" ei kommunikoi niin, että se sallisi kohteen lähestymisen millään aidolla tavalla, vaan pikemminkin seuraa sellaisia muotoja kuin *Weiter-* ja *Nachredens*.¹³

¹ SZ, s. 127.

² SZ, s. 127.

³ SZ, s. 127

⁴ SZ, s. 128.

⁵ "Jeder ist der Andere und keiner er selbst." SZ, s. 128.

⁶ SZ, s. 128.

⁷ SZ, s. 175.

⁸ Das Dasein ist von ihm selbst als eigentlichem Selbstseinkönnen zunächst immer schon abgefallen und an die 'Welt' verfallen." SZ, s. 175.

⁹ "Mitdasein Anderer im Man." SZ, s. 176.

¹⁰ SZ, s. 176.

¹¹ SZ, s. 167.

¹² SZ, s. 168

¹³ SZ, s. 168.

"Neugier" eli uteliaisuus viittaa siihen tapaan, miten epävarsinainen Ihminen katsoo maailmaa. Tärkeintä uteliaisuudessa ei ole näkeminen siksi, että pyrittäisiin ymmärtämään sitä, mikä nähdään, vaan pelkkä näkeminen. Siksi se viittaa mahdollisuuteen "luovuttaa itsensä maailmalle" (*sichüberlassen an die Welt*).¹ Uteliaisuus ei pyri ilmiöiden tarkkaavaiseen huomiointiin eikä uteliaisuudella ole mitään tekemistä sellaisen olevan tarkkailun kanssa, joka saattaa hämmästyttää niin, että se ylittää ymmärryksemme.² Päinvastoin uteliaisuus etsii "uutuuksien ja jatkuvien kohtaamisien tuomaa levottomuutta ja jännitystä".³ Uteliaisuus on kaikkialla ja ei missään. Siinä tulee ilmi Heideggerin mukaan jokapäiväisen Ihmisen olemisen tapa, jossa Ihminen "jatkuvasti nyhtää itseään irti juuriltaan".⁴

"Kaksimerkityksellisyys" (*Zweideutigkeit*) tarkoittaa, että emme kykene tekemään erottelua aidon ja epäaidon ymmärryksen välillä. Heidegger kirjoittaa tästä: "Kaikki näyttää siltä kuin asiat olisi aidosti ymmärretty, käsitetty ja puhuttu, mutta ei pohjimmiltaan olekaan, tai ei näytä siltä, mutta pohjimmiltaan onkin."⁵ Eikä tämä kaksimerkityksellisyys ulotu koskemaan vain ymmärrystämme maailmasta, vaan se ulottuu myös siihen tapaan, miten ymmärrämme olemisen toisen kanssa ja jopa siihen, miten Ihminen ymmärtää itseään.⁶

Lankeamisessaan Ihminen on itse faktisena maailmassa olevana se, josta hän on itse langennut pois.⁷ Ihminen ei siis ole kadottanut yhteyttään mihinkään muuhun kuin itseensä. Lankeamisessakin on kyseessä Ihmisen olemisen mahdollisuus, joka toteutuu siinä epävarsinaiseen suuntaan.⁸

VAR SINAINEN OLEM INEN

Heideggerille Ihminen on avoimuus, jonka kautta oleva ilmenee.⁹ Heidegger käyttää myös sanaa "valaistu": "Olio, jonka nimi on siellä-oleva, on 'valaistu'".¹⁰

Tie varsinaiseen olemiseen käy poistamalla ne peitot ja hämäryydet, murtamalla ne valepuvut, joilla Ihminen sulkee itse oman tiensä.¹¹ Perustaltaan Ihminen on siis avoimuus, mutta epävarsinaisessa olemisessa hän kadottaa tämän alkuperäisen olemisen tapansa. Hän ei kykene olemaan se valo, jonka avulla oleva valaisee itsensä.

¹ SZ, s. 172.

² SZ, s. 172.

³ "Sie sucht <...> die Unruhe und Aufregung durch das immer Neue un den Wechsel des Begegenden." SZ, s. 172.

⁴ "<...> in der es sich ständig entwurzelt." SZ, s. 173.

⁵ "Alles sieht so aus wie echt verstanden, ergriffen und gesprochen und ist im Grunde doch nicht, oder es sieht nicht so aus und ist es im Grunde doch." SZ, s. 173.

⁶ SZ, s. 173.

⁷ SZ, s. 175.

⁸ SZ, s. 179.

⁹ SZ, s. 133.

¹⁰ "Das Seiende, das den Titel Da-sein trägt, ist 'gelichtet'." SZ, s. 350.

¹¹ SZ, s. 129.

Ihminen on pääasiallisesti Kenen Tahansa itse, josta hänen tulisi irrottautua, jotta hän voisi löytää varsinaisen olemisensa. Miten tämä on mahdollista?

Heideggerin mukaan Ihminen voi törmätä Angstiin, ahdistukseen, tunteeseen, jota hän pakenee langetessaan julkisuuden tuttuuteen. Epävarsinaisuus on Ihmiselle pakoa itsensä edessä, pakoa sen edessä, että hänellä on mahdollisuus tulla varsinaiseksi itseksi.¹ Ihmiseen, joka on heitetty maailmaan, liittyy Angst eksistentiaalisena peruskokemuksena. Angst voi ilmestyä esiin minä hetkenä hyvänsä,² ja Angstin merkitys on siinä, että se yksilöi Ihmisen pois Kenestä Tahansa. Ahdistukseni on minun ahdistustani eikä kaikkien ahdistusta. Kuka Tahansa ei tunne ahdistusta, koska ahdistus on juuri se, mitä se on paossa. Tämä yksilöinti, se, että ahdistus osoittaa Ihmiselle, että hän ei ole kuka tahansa, tuo Ihmisen takaisin pois lankeamisesta, ja näyttää hänelle, että varsinaisuus ja epävarsinaisuus ovat hänen olemisen mahdollisuuksiaan. Nämä Ihmisen perusmahdollisuudet näyttäytyvät Angstissa naamioitumattomina.³

Ihminen on rajallinen, kuolevainen olento. Kuolema rajoittaa sen kokonaisuuden, mikä Ihmiselle on mahdollinen. Ihmisen oleminen on aina kuolemaa kohti olemista.⁴ Tämä on yksi hänen olemisensa ontologinen perusrakenne. Tämän ymmärtäminen on perusta Ihmisen varsinaiseksi tulemiselle.

Ihminen voi suhtautua kuolemaansa jokapäiväisellä tavalla, jolloin kuolema ei ole hänelle läsnä; muut kuolevat, se ei koske häntä. Kuolema koskee Ketä Tahansa, ei häntä. Näin Ihminen yleensä peittää oman olemisensa kohti kuolemaa, pakenee sen edessä. Faktisesti Ihminen kuolee koko ajan, kun hän on olemassa. Mutta yleensä hän tekee niin lankeamalla epävarsinaisuuteen, pakenemalla kuoleman edestä.⁵

Mutta on olemassa myös autenttinen suhtautumistapa kuolemaan. Silloin Ihminen ymmärtää, että kuolema on hänen omin mahdollisuutensa, jolloin kuolema yksilöi Ihmisen itselleen.⁶ Silloin heitettyys kohti kuolemaa paljastuu Ihmiselle Angstina.⁷

Heidegger toteaaakin, että Ihminen voi olla varsinainen itse vain, jos hän toteuttaa tämän omimman mahdollisuutensa omilla ehdoillaan.⁸ Yleensä Ihminen on varsinainen itse vain, jos hän projektoituu omien mahdollisuuksiensa suuntaan, eikä niiden, joita Kuka Tahansa hänelle osoittaa. Heideggerin mukaan olento, joka näin ennakoii oman mahdollisuutensa, ottaa itselleen oman olemisensa omilla ehdoillaan.⁹ Tämä ennakoiminen (*Vorlaufen*) vapauttaa Ihmisen hyväksymään, että kuolemaa ei voi sivuuttaa.

Heideggerin mukaan vain ennakoimalla omat olemisen mahdollisuutensa, Ihminen voi olla olemassa varsinaisella tavalla. Ennakointi paljastaa hänelle mahdollisuutensa, myös

¹ SZ, s. 184.

² SZ, s. 179.

³ SZ, s. 191.

⁴ SZ, s. 234.

⁵ SZ, s. 251 - 252.

⁶ SZ, s. 263.

⁷ SZ, s. 251.

⁸ SZ, s. 263.

⁹ SZ, s. 264.

mahdollisuuden olla kokonainen, olla varsinaisesti.¹ Tämä puheen taso on tietysti ontologista kuvausta. Heidegger toteaa, että yksityisen Ihmisen kannalta sillä on merkitystä vain, mikäli hän vaatii itseltään vastaavaa ontologista mahdollisuutta.²

Miten Ihminen voi sitten palata epävarsinaisuudesta varsinaisuuteen? Koska Ihminen on kadottanut itsensä Kenen Tahansa julkisuuteen, hänen on ensin löydettävä itsensä, tuotava itsensä takaisin Kenestä Tahansa. Se tapahtuu tekemällä valinta uudelleen (*Nachholen einer Wahl*). On tehtävä se valinta, että itse päättää omista olemisen mahdollisuuksistaan. Mutta koska Ihminen on hukkunut Keneen Tahansa, hänelle on ensin näytettävä mahdollisuus varsinaisuuteen. Tämän tekee Heideggerin mukaan omantunnon ääni (*Stimme des Gewissens*).³

Omatunto on perustava Ihmisen rakenne, joka liittyy vain Ihmiseen. Heidegger toteaa, että omatunto avaa, antaa jotakin ymmärrettäväksi.⁴ Ja edelleen, että omatunto paljastuu kutsuksi (*Ruf*), joka on kosketuksen muoto. Toisin sanoen omatunto vetoaa Ihmiseen kutsumalla häntä kohti ominta itsenä-olemisen mahdollisuutta. Tämän kutsun ymmärrys paljastuu meille halunamme omistaa omatunto (*Gewissenhabenwollen*).

Tässä prosessissa, jossa omatunto kutsuu Kenen tahansa itseä palaamaan itseensä, Kuka Tahansa luhistuu, se lakkaa olemasta Ihmisen olemisen tapa.⁵ Heidegger toteaa, että itse, jolta kutsu on riistänyt tämän piilopaikan, palaa itseensä.⁶ Tähän prosessiin Heidegger liittyy myös syyllisyyden tunteen, jonka lähde on siinä, että Ihminen ymmärtää itse valinneensa itsensä sellaisena kuin hän on.⁷

Omantunnon ääni on **hiljaisuus** ja se pakottaa myös Ihmisen omaan hiljaisuuteensa. Hiljaisuudella omatunto kutsuu Ihmistä kohti mahdollisuuttaan olla varsinainen itse.⁸

Kun puhutaan omantunnon kutsusta, niin voidaan kysyä, kuka kutsuu. Heidegger vastaa tähän: "Ihminen kutsuu omassatunnossa itseään."⁹ Tätä Ihminen ei tee kuitenkaan tietoisesti ja tahtoen. Voidaan myös sanoa, että "se kutsuu".¹⁰ Kutsu tulee minusta ja kuitenkin minun "ylitseni". Heidegger toteaa kutsujan olevan jokapäiväiselle Kenen Tahansa itselle vieras ääni. Mutta mikä voisi olla maailman huoliin hukkuneelle Kenelle Tahansa vieraampaa, kuin yksilöksi tullut itse, joka on heitetty tyhjyyteen: Tämä on "se" mikä kutsuu.¹¹

Ihminen siis kutsuu itseään kohti varsinaisuutta olemalla täysin hiljaa, sanomatta sanaakaan. Heideggerin myöhemmässä filosofiassa tulee yhä selvemmin esiin ajatus siitä, että kutsu on

¹ SZ, s. 264.

² SZ, s. 266.

³ SZ, s. 268.

⁴ SZ, s. 269.

⁵ SZ, s. 273.

⁶ SZ, s. 273.

⁷ SZ, s. 287.

⁸ SZ, s. 273.

⁹ "Das Dasein ruft im Gewissen sich selbst." SZ, s. 275.

¹⁰ "'Es' ruft." SZ, s. 275.

¹¹ SZ, s. 277.

tulkittava olevan kutsuksi. Hiljaisuudella omantunnon äänenä oleva kutsuu Ihmistä yhteyteensä: siksi avoimuudeksi, jonka epävarsinainen oleminen on Ihmiseltä peittänyt.

Kutsun autenttinen kuuleminen ja ymmärtäminen vaatii Ihmiseltä faktista toimintaan ryhtymistä.¹

Ihmisen varsinainen oleminen heijastuu myös hänen olemiseensa toisen kanssa. Heidegger toteaa, että vain olemalla päättäväisesti varsinainen itse, ihminen voi olla varsinaisesti, autenttisesti myös toisen kanssa.²

Varsinainen oleminen heijastuu myös siihen, miten yksityinen Ihminen olemisensa kokee. Kun Ihminen oivaltaa yksilöllisen, varsinaisen olemisen mahdollisuutensa, kun hän siis varsinaisesti on, siihen liittyy Heideggerin mukaan vakaa ilon tunne.³

SILLEENJÄTTÄMINEN JA HARJOITUS

Myöhemmässä filosofiassaan Heidegger puhuu *Gelassenheitista*, silleen jättämisestä, ja avautumisesta salaisuudelle (*die Offenheit für das Geheimnis*) ehtoina varsinaiselle olemiselle, olevan kokemiselle sellaisena kuin se on, ilman peittoja. Edelleen hän puhuu **harjoittelemisesta** tämän saavuttamiseksi.

Tässä tutkimuksessa tulkiten Heideggerin varsinaisen olemisen keholliseksi kokemukseksi. Osoittaakseni että Heideggerilta voi löytää tukea tälle tulkinnalle ja että hänen lähtökohtansa on kokemuksessamme, otan tähän kaksi lainausta. Puhessaan meditatiivisesta ajattelusta *Zur Sache des Denkens* teoksessa, Heidegger kirjoittaa: "Mietiskelevän ihmisen on koettava avoimuuden värisemätön keskus. Mitä tarkoitetaan avoimuuden värisemättömällä keskuksella? Se tarkoittaa avoimuutta itseään siinä, mikä on sille ominta; se tarkoittaa hiljaisuuden paikkaa, joka kokoaa itseensä sen, mistä vasta avoimuus voi jatkua."⁴

Tässä Heidegger viittaa siis hiljaisuuden paikan kokemukseen, "josta vain voi nousta olemisen ja ajattelun, siis läsnäolon ja kuulemisen yhteenkuuluvuus".⁵

Vähän myöhemmin hän toteaa: "Ilman edeltävää 'Αληθειαν kokemusta valona jää kaikki puhe ajattelusta velvollisuutena tai sen puuttumisena ilman pohjaa."⁶ Heideggerin eniten metaforalta

¹ SZ, s. 294.

² SZ, s. 298.

³ SZ, s. 310.

⁴ "Der sinnende Man soll das nichtzitternde Herz der Unverborgenheit erfahren. Was meint das Wort vom nichtzitternden Herzen der Unverborgenheit? Es meint sie selbst in ihrem Eigensten, meint den Ort der Stille, der in sich versammelt, was erst Unverborgenheit gewärt. ZSD, s. 75.

⁵ "<...> aus dem her es dergleichen wie die Möglichkeit des Zusammengehörens von Sein und Denken, d.h. Anwesenheit und Vernehmen erst gibt." ZSD, s. 75.

⁶ "Ohne die voraufgehende Erfahrung der 'Αληθειαν als der Lichtung bleibt alles Reden von Verbindlichkeit und Unverbindlichkeit des Denkens bodenlos." ZSD, 75.

vaikuttavaa valonkaan käsitettä ei siis tule ilman muuta tulkita metaforana, vaan se voi viitata aktuaaliseen kokemukseemme.

Kun Heidegger puhuu hiljaisuuden paikan kokemuksesta, hän ei silloinkaan puhu metaforalla: hän viittaa sillä keholliseen kokemukseen, jonka ääni on hiljaisuus ja paikka keho.

"Gelassenheit" -teoksessa ajatus kulkemisesta käsitteistä kohti kokemusta ja siitä edelleen kohti käsitteellistä ymmärrystä tulee hyvin esiin. Levin ilmaisee saman asian ytimekkäästi todetessaan, että "ontologisen ymmärryksen syventyminen <...> voi tapahtua vain toimintamme ontisessa kentässä."¹ Tie on siis käsitteistä kohti ontista kokemusta, josta jälleen käsitteisiin.

Kun ymmärrys käy ontisesta kohti ontologista, kieli saa oman merkityksensä. Se viittaa kohti ontista kokemusta ja voi viittauksellaan synnyttää halun tämän kokemuksen saavuttamiseksi, mutta se voi myös harhauttaa. On helppo jäädä kielen vangiksi ja luulla, että sana onkin itse todellisuus. Silloin ymmärryksen syventämiseen pyritään vain uusien käsitteiden kautta, uusien määritelmien, uusien käsitteellisten selityksien. Näin syyllistytään siihen, että lähestytään ontologista ontologisen kautta, eikä päästä koskaan lähemmäksi sitä, mitä etsitään: ontista kokemusta ja sen syventämää ymmärrystä. Kun kokemuksen kuvaus ymmärretään kokemuksena itsenään, syyllistytään siihen, mitä zenissä tarkoitetaan, kun puhutaan ruokalistan syömisestä ruoan sijasta.

Heidegger ilmaisee saman asian "Gelassenheit" -teoksessa toteamalla, että sana voi vain näyttää, osoittaa kohti jotakin, mitä se pyrkii ilmaisemaan.² Eikä sana riipu siinä, minkä se nimeää niin kuin nimilappu.³ Edelleen Heidegger toteaa, että Gelassenheitkin on vain sana. Mihin tämä sana viittaa, on nimetöntä.⁴

Heideggerin ajatus on tässä, että on tehtävä selväksi ontisen ja ontologisen välinen ero: kokemuksen ja sen kuvauksen. **Toiset kokemukset ovat helposti saavutettavia. Toiset vaativat harjoittelua.** Pyrkiminen epävarsinaisesta olemisesta kohti varsinaista olemista vaatii tietynlaista harjoitusta, jota Heidegger kutsuu silleen jättämiseksi ja meditatiiviseksi ajatteluksi.

Heidegger toteaa, että on olemassa kahdenlaista ajattelua: laskevaa (*das rechnende Denken*) ja meditatiivista (*das besinnliche Nachdenken*).⁵ Laskeva ajattelu on tieteen ajattelutapa, joka näyttäytyy meille tieteellisessä tiedossa, tekniikassa. Laskevassa ajattelussa oleva viipaloidaan kappaleiksi, eikä pyritä näkemään kokonaisuutta.

Mutta on myös olemassa toisenlainen ajattelutapa, jota Heidegger kutsuu meditatiiviseksi tai mieltä etsiväksi ajatteluksi. Se pyrkii näkemään olevan kokonaisuutena, sellaisena kuin se on, eikä sellaisena kuin me sen kuvittelemme tai haluamme olevan. Tällainen ajattelu ei ole olevan aktiivista valloittamista, vaan se on jättäytymistä olevalle, olevan päästämistä sisään.

¹ ""So the deepening ontological understanding <...> can take place nowhere else than in the *ontic* field of our activity <...>." Levin 1987, s. 249.

² G, s. 44.

³ G, s. 45.

⁴ G, s. 45.

⁵ G, s. 12 - 13.

Heidegger toteaa, että laskelmoiva ajattelu "ei koskaan ole hiljaa".¹ Se ei siis koskaan pysähdy. Se on jatkuvaa, jos ei ulkoista niin sisäistä puhetta, jota Heidegger *Sein und Zeitissa* luonnehtii sanalla *Gerede*. Jos meditatiivinen ajattelu on tämän vastakohta, niin sen on kyettävä siis hiljaisuuteen. Meditatiivinen ajattelu "mietiskelee sitä mieltä, joka on kaikessa siinä, mikä on."² Se on siis jonkinlaista intuitiivista kokonaisuuden katsomista. Tällaista ajattelua Heidegger toteaa nykyihmisen olevan paossa.³

Emme opi meditatiivista ajattelua itsestään, aivan kuten emme kykene tarkkoihin laskelmiinkaan noin vain. Heidegger toteaa, että meditatiivinen ajattelu vaatii meiltä suuremman ponnistuksen. Ja - mikä tärkeintä: "Se vaatii pidemmän **harjoittelun**."⁴ Oletan, että Heidegger tarkoittaa sananmukaisesti tässäkin sitä mitä sanoo: meditatiivista asennetta on harjoitettava. Tälle harjoittelulle Heidegger antaa ohjeita kautta koko "Gelassenheit" -teoksen.

Harjoittelu

Heidegger antaa etsijälle kaksi perustavaa ohjetta. Hän toteaa, että kuka tahansa voi astua meditatiivisen ajattelun tielle, koska ihminen on mietiskelevä olento.⁵ Sitten hän kirjoittaa: "Riittää, että viivymme siinä, mikä on lähellä ja mietiskelemme sitä, mikä on lähinnä; siis sitä mikä koskee jokaista meissä tässä ja nyt."⁶

Heideggerin ajatus on tässä aivan selvä. Hän kehottaa meitä suuntaamaan huomiomme siihen, mikä on tässä ja nyt: tähän paperiin, näihin sanoihin, tähän pöytään, tähän ihmiseen ja viipymään siinä. Hän kehottaa meitä pysähtymään hetkeksi ja kokemaan se, mikä on, eikä miten toivoisimme sen olevan tai kuvittelemme sen olevan: siis ontiseen kokemukseemme siitä, mikä on tässä ja nyt.

Miten olemme läsnä tässä ja nyt? Aisteillamme, kehollamme. Heidegger kehottaa meitä olemaan sensitiivinen⁷ todellisuudelle. Aistimaan kehollamme todellisuus sellaisena kuin se on, eikä tutkimaan vain mielikuviamme todellisuudesta.

Toinen Heideggerin ohje on odottaminen (*warten*). On osattava odottaa niin kuin maanviljelijä odottaa viljan kypsymistä.⁸ Tämä Heideggerin metafora on merkittävä siksi, että se kuvaa meditatiivisen asenteen syntymistä prosessina. Se on jotakin, joka puhkeaa meissä kukkaan hiljalleen, jos jaksamme harjoitella.

Kun asenne on pelkkä odottaminen, silleenjättäminen, jolloin tietoisuus ei kohdistu mihinkään yksittäiseen olioön, tietoisuus voi kokea "pelkän olemassaolon".⁹ Pelkän olemassaolon, siis olemisen, ääni on tietysti hiljaisuus. Jos olemisen ääni olisi jotakin muuta kuin hiljaisuus, niin se

¹ "<...> hält nie still, kommt nicht zur Besinnung." G, s. 13.

² "<...> dem Sinn nachdenkt, der im allem waltet, was ist." G, s. 13.

³ G, s. 12 - 13.

⁴ "Es fordert eine längere Einübung." G, s. 13. Korostus minun.

⁵ G, s. 14.

⁶ "Es genügt, wenn wir beim Naheliegenden verweilen und uns auf das Nächstliegende besinnen; auf das, was uns, jeden einzelnen hier und jetzt, angeht." G, s. 13 - 14.

⁷ Vrt. Koski 1989c: "Maailmassa-olemisessaan ihmisen on oltava tarkkaavainen, hereillä ja sensitiivinen."

⁸ G, s. 13.

⁹ Sekida 1983, s. 129.

olisi jo yksityisen olion ääni. Tässä asenteessa koetaan itse ja muut oliot niiden omassa olemisessaan.

Heidegger kuvaa tietä, miten tämä asenne herätetään, siis meditatiivisen ajattelun herättämistä, prosessina. "Gelassenheit" -teoksessa hän pyrkii kuvaamaan tätä prosessia, sen vaiheita ja siihen liittyviä kokemuksia, kuvaamaan sitä, mitä meidän on tehtävä tällaiseen ajatteluun pääsemiseksi.

Hän lähtee liikkeelle tahdosta. Meditatiivinen ajattelu ei ole tahtomista, se on pikemminkin ei-tahtomista (*Nicht-Wollen*). Heideggerin mukaan ei-tahtomisessa on kuitenkin erotettava kaksi tasoa: (i) tahdosta luopuminen sitä tahtomalla¹ ja (ii) sellainen ei-tahtominen, joka jää kaiken tahtomisen ulkopuolelle.² Viimeistä ei-tahtomisen tasoa kutsun 'olemiseksi ilman tahtoa'.

Heidegger erottaa siis kolme tasoa: (i) tahtominen, (ii) ei-tahtominen ja (iii) oleminen ilman tahtoa. Näistä viimeksimainittu on se, mihin pyritään, johon on totuttauduttava, jotta herätämme itsessämme sillejättämisen asenteen.³ Heidegger toteaa, että olemista ilman tahtoa lähestytään tahdon kieltämisen, siis ei-tahdon kautta.⁴ Se valmistaa meitä siihen, mitä etsimme.

"Gelassenheit" -teoksessa tiedemies toteaa, että tämä ajatus ei itse asiassa ollut niinkään hänen synnyttämänsä, vaan se syntyi siitä, että "yö murtui häneen sisään"⁵ ja keskitti hänen ajatuksensa. Mitä siis tapahtui? Yö murtui häneen, jolloin hän hetkeksi itse lakkasi olemasta, hän oli jättäytynyt yölle täydellisesti, hän oli täysin ilman tahtoa. Vasta reflektoidessaan tätä kokemusta hän löysi nämä tahdon eri tasot, jossa oleminen ilman tahtoa on tahdon ja ei-tahdon "tuolla puolen". Tie siis kävi ontisesta kohti ontologista.

Heidegger tekee samanlaisen analyysin toiminnan suhteen. Gelassenheit, silleen jättäminen, ei ole aktiivisuutta, eikä passiivisuutta. Se on "aktiivisuuden ja passiivisuuden ulkopuolella".⁶ Se on toimintaa, joka ei ole toimintaa, vaan olemista ilman toimintaa.

Herätämme silleen jättämisen asenteen, kun kykenemme olemaan ilman tahtoa. Miten kykenemme siihen? "Meidän ei pidä tehdä mitään, vain odottaa"⁷, on Heideggerin vastaus.

Miten Gelassenheitiin ja odottamiseen liittyy diskursiivinen ajattelu, jatkuva sisäinen puheemme, jolla ei ole loppua. Heideggerin vastaus on: se on poissa. Meidän on vaikea kuvitella, mitä tällainen ajattelu on juuri siksi, että yritämme kuvitella, mitä se on. Se on eri asia kuin kuvittelu tai representoiva ajattelu: se on sen puuttumista: olemista ilman ajattelua. Puhuessamme meditatiivisesta ajattelusta meidän ei tulisi käyttää ehkä ajattelu-sanaa lainkaan, koska se jatkuvasti johtaa meitä harhaan viittaamalla diskursiiviseen ajatteluun.

Heidegger toteaa, että odottaminen ei ole minkään erityisen odottamista. Se on odottamista, jolla ei ole kohdetta.¹ Jos ajattelemme tai kuvittelemme sen, mitä odotamme, emme enää odota vaan

¹ "<...> willentlich dem Wollen absagen..." G, s. 30.

² "<...> ausserhalb jeder Art von Willen bleibt..." G, s. 30.

³ G, s. 32.

⁴ G, s. 30.

⁵ G, s. 31.

⁶ "<...> ausserhalb der Unterscheidung von Aktivität und Passivität." G, s. 33.

⁷ "Wir sollen nichts tun sondern warten." G, s. 35.

ajattelumme. Odottamisessa jätämme avoimeksi sen, mitä odotamme, koska vain siten voimme jättäytyä avoimuudelle. Avoimuus on itse se, mitä voi vain odottaa.

Odottamisessa siis palaamme alkuun, josta muutos meissä voi alkaa. Odottamisessa voidaan kohdata *die Gegnet*, vastassa oleva, joka on avoimuus.² Todellisuus, jonka näin kohtaamme, ei ole kuvattavissa, sillä jokainen kuvaus objektivoisi sen. Sille voidaan antaa vain nimi, joka Heideggerilla "Gelassenheit" -teoksessa on *die Gegnet*.³

Meditatiivisen harjoituksen avulla voimme tulla odottavaisemmiksi ja tyhjemmiksi ja astua sinne, mistä kaikki ajattelu saa alkunsa.⁴ Kokemus, että olemme ajattelun alkulähteillä on voimakas. Kun laskeva ajattelu katoaa, jäljelle jää vain eräänlainen tausta, hiljaisuus.

Tie olemiseen ilman ajattelua, meditatiiviseen asenteseen, käy siis ei-ajattelun kautta. Seuraavassa Heideggerin kuvaus, jossa tiedemies selittää omaa kokemustaan odottamisesta: "Koska odottamisessa liikutaan avoimuuteen ilman mitään mielikuvia tai ajatuksia, yritin päästä eroon kaikista ajatuksista. Ja koska vastassa oleva on avoimuuden avautumista, vapauduttuani ajattelusta yritin aidosti pysyä vastassa olevan yhteydessä."⁵ Tähän opettaja toteaa, että tiedemies yritti siis päästää siisään silleenjättämisen asenteen, johon tiedemies vastaa, että hän ei ajatellut sitäkään.⁶ Ei tietenkään, sillä silleenjättämisen ajattelemisen olisi ollut ajattelemista, eikä olemista ilman ajattelua, mihin hän pyrki, ja mitä hän kuvaa "aitona pysymisenä olevan yhteydessä".

Odottaminen synnyttää virittyneisyyden, jota Heidegger kutsuu rauhaksi.⁷ Perustan kokeminen koetaan rauhana. Heidegger käyttää myös sanaa *Inständigkeit*⁸, joka viittaa tässä tilassa kokemaamme hartauden tunteeseen. Toiminta, joka syntyy tästä perustasta, on toimintaa silleenjättämisen hengessä. Se on silloin toimintaa, joka on sopuoinnussa olioiden olemisen tavan kanssa. Se on kuitenkin jotakin, jota ei pidä haluta, koska halu synnyttää välttämättä subjektin ja objektin välisen eron. Kyseessä ei ole mikään ontologisessa tasossa ratkaistava ongelma. Se on kokemus, jota voimme ontologisella tasolla kuvata vain ristiriitaisin käsittein.

Heideggerin toteamus, että odottamiseen liittyy kuunteleminen⁹, vie hänet kohti kehollista olemistamme. Sen kautta Heideggerin kuvaama harjoitus saa kehollisen sisällön. Odottaminen ilmenee kehollisella tasollamme kuuntelemisena. Jos vain odotamme ja kuuntelemme, tulemme hyvin pian tietoiseksi hengityksestämme. Siksi ei olekaan mikään ihme, että hengityksen tarkkaileminen on yksi perustava metodi niin zenissä, samkhya-joogassa, taolaisuudessa kuin sufimystiikassakin. Nämä ovat kaikki itsen projekteiksi kutsumieni liikuntamuotojen "taustafilosofioita". Ja kaikkialla, niin kuin Heideggerillakin, kohtaamme "hiljaisuuden paikan",

¹ G, s. 42.

² G, s. 40.

³ G, s. 41.

⁴ G, s. 61.

⁵ "Weil das Warten, ohne etwas vorzustellen, ins Offene geht, versuchte ich, mich von allem Vorstellen loszulassen. Weil das Öffnende des Offenen die Gegnet ist, versuchte ich losgelassen aus dem Vorstellen, rein nur der Gegnet überlassen zu bleiben." G, s. 44.

⁶ G, s. 44.

⁷ G, s. 45.

⁸ G, s. 60.

⁹ G, s. 47.

perustavan ontisen kokemuksen, joka koetaan perustana. Se on kehollinen kokemus, kosketuspinta, jossa koetaan transsendentin kosketus. Se on kehollinen kokemus siksi, että ajattelun muuttuessa olemiseksi ilman ajattelua, ajatteluun liittyvä ego katoaa ja kehontietoisuus astuu voimakkaana esiin.

Jotta voimme tutkia tätä prosessia lähemmin, meidän on seuraavaksi tarkasteltava ihmisen maailmassa olemista kehona, ja otettava esiin hänen ego-tietoisuutensa ja kehontietoisuutensa liittyvät kokemushorisontit. Näiden kokemushorisonttien kautta voimme ymmärtää meditatiivisen asenteen aikaansaaman olevan kokemuksen kokonaisuutena. Tämä kokemus tulkitaan esiobjektiivisen kehon mieleenpalautuksena. Mutta mitä nämä käsitteet tarkoittavat, selviää seuraavista luvuista.

II KEHONA OLEMINEN

Ihminen todellistuu maailmassa monitasoisena kokonaisuutena. Liikunnan filosofisen analyysin kannalta ihmisen eri todellistumisen tasoista hänen kehollisuutensa on keskeinen, se että hän on kehonsa. Liikunnassahan nimenomaan ollaan tekemisissä ihmisen kehollisen olemisen erilaisten ilmenemismuotojen kanssa. Urheilijan taito on ensisijassa hänen kehonsa taitoa ja vasta toissijaisesti hänen älyllis-henkistä kyvykkyyttään.

Tuon tutkimuksessani esiin niitä ihmisen erilaisia kokemuksen mahdollisuuksia, kokemushorisontteja, joissa liikunta ja urheilu vaikuttaa, ja erityisesti, millaisista kokemushorisonteista on kyse silloin, kun liikettä käytetään pyrittäessä sen avulla kohti varsinaista itseä. Kaikkien näiden kokemushorisonttien perustana, kantajana ja synnyttäjänä on kehollinen olemisemme maailmassa.

Jotta saisin esiin liikunnan kannalta keskeiset kokemushorisontit, tarkastelen aluksi hyvin yleisessä mielessä (1) kehoa maailmassa olemisen keskuksena. Merleau-Pontyn filosofiassa kehon suhdetta maailmaan kuvataan intentionaalisuus-käsitteen avulla. Seuraavaksi tarkastelenkin (2) kehon intentionaalisuutta, jolloin saadaan esiin konkreettisen ja abstraktin liikkeen käsitteet. Kehon suhde maailmaan on myös ajallinen. Keholla on myös (3) temporaalinen rakenteensa: se on nykyisyydessä ja tuo siihen mukanaan menneisyytensä, niin taitonsa kuin jälkensä. Kehona olemiseni määrää myös (4) elämismaailmani rakenteen. Elämismaailma kuvaa sitä kokemuksellista maailmaamme, johon erilaiset kokemushorisonttimme ikään kuin piirtyvät. Tässä tarkennan myös horisontin käsitettä. Voimme ottaa kehollisuuteen useita näkökulmia, joista keskeisimmät ovat (5) niin kutsutut objektikeho ja eletty, koettu keho. Nämä ovat tietenkin "käsitteellisiä kehoja", joiden avulla pystytään tuomaan esiin joitakin olennaisia kokemuksen eroavaisuuksia. Max Schelerin tekemä jako ego-tietoisuuteen ja kehontietoisuuteen auttaa muodostamaan (6) psyykkis-henkisen ja kehollisen kokemushorisontin käsitteet.

Näin tulee luoduksi käsitteellistä perustaa, jonka avulla voidaan kohdallisemmin keskustella siitä, miten liikunta ihmisessä vaikuttaa. Ongelma siitä, miten kehollinen kokemus muuttuu osaksi ihmisen psyykkis-henkistä kokemusta, muodostuu silloin näiden kokemushorisonttien suhteen väliseksi ongelmaksi.

KEHO MAAILMASSA OLEMISEN KESKUKSENA

Kuten Heidegger myös Merleau-Ponty ottaa maailmassa-olemisen filosofiansa lähtökohdaksi. Mutta mikä on se, mikä on heitetty maailmaan ja tilaan? Merleau-Ponty vastaa: se on kehomme, elävä tietoinen keho, joka avaa maailman meille. Se on samalla sekä olemassaolomme väline että sen keskus. Kehona olemme sitoutuneita maailmaan sekä ajallisesti että avaruudellisesti. Tätä Merleau-Ponty kutsuu tilaoksemme. Merleau-Ponty kirjoittaa: "Keho on maailmassa olemisemme kanava. Kehon omistaminen tarkoittaa elävälle olennolle olemista kietoutuneena tiettyyn ympäristöön, samaistumista tiettyihin projekteihin ja olemista niihin jatkuvasti sitoutunut."¹ Keho on Merleau-Pontyille maailman keskus, "jota kohti kaikki esineet kääntävät kasvonsa".² Se on myös maailman keskus siinä mielessä, että tiedän, että esineillä on monta julkisivua, koska voin kävellä niiden ympäri ja tarkastella niitä. Tässä mielessä olen myös tietoinen maailmasta kehoni välityksellä.³

Kehona oleminen tiettyssä avaruudellisessa paikassa ei tarkoita samaa kuin esineen, Heideggerin käsillä olevan, olemista tiettyssä paikassa.⁴ Koettu avaruus on aina erilainen kuin objektiivinen avaruus. Ihminen ikään kuin päästää avaruuden sisäänsä.⁵ Kehona "tässä oleminen" ei viittaa mihinkään ulkoisiin koordinaatteihin, joiden suhteen olen tässä. Keho asettaa itse ensimmäiset koordinaatit, se asettaa itse oman tilaationsa. Kehon avaruudellisuus on tällöin tilaation avaruudellisuutta eikä paikan avaruudellisuutta.⁶ Kehona en ole maailmassa kuten esineet, vaan teen maailmani. Kehona olemiseen liittyy siis kaksi avaruudellista tasoa, objektiivinen avaruus ja koettu avaruus. Liikettä ja sen merkitystä tarkasteltaessa on otettava huomioon nämä kummatkin horisontit. Kehona emme ole vain objekteja objektien joukossa, vaan olemme osa maailman kokonaisuutta. Merleau-Ponty toteaa kehon olevan maailmassa kuin sydän organismissa. Se ikään kuin hengittää elämän siihen sisäiseen näytelmään, jonka koemme maailmana.⁷

Merleau-Ponty kutsuukin kehoa luonnolliseksi subjektiksi⁸ tai luonnolliseksi minäksi⁹ juuri siksi, että se on havaintojemme keskus. Ei siis ole niin, että havaitsemme kehomme avulla, vaan havaitsemme kehossamme, jolloin kehomme on havaintojemme subjekti.¹⁰

Heidegger toteaa Ihmisen avaruudellisuutta, siis sen kehollisuutta, luonnehtivan käsitteet *Entfernung* ja *Ausrichtung*, etäisyys ja suuntautuneisuus (toimintaan).¹ *Entfernung* tarkoittaa

¹ "Le corps est le véhicule de l'être au monde, et avoir un corps c'est pour un vivant se joindre à un milieu défini, se confondre avec certains projets et s'y engager continuellement." PP, s. 97.

² "<...> vers lequel tous les objets tournent leur face..." PP, s. 97.

³ PP, s. 97.

⁴ SZ, s. 104.

⁵ "Ich gehe raum-einnehmend. Der Tisch räumt den Raum nicht ein." ZS, s. 19.

⁶ PP, s. 16.

⁷ PP, s. 235.

⁸ "un sujet naturel", PP, s. 231.

⁹ "un moi naturel", PP, s. 239.

¹⁰ PP, s. 239.

Heideggerilla sellaista etäällä oloa, joka kadottaa etäisyyden. Tämä käy ymmärrettäväksi ajatuksesta, jonka mukaan aistieni välityksellä kehoni eräällä tapaa levittäytyy kaikkialle maailmaan. Jos se aisteissaan levittäytyy kaikkialle, se tulee myös kaiken lähelle. Sartre kirjoittaa samasta asiasta näin: "Kehoni ulottuu kaikkialle maailmaan, kaikkiin esineisiin ja samanaikaisesti se tiivistyy täksi yhdeksi pisteeksi, johon kaikki osoittavat, ja joka olen minä sitä tietämättäni. Näin voimme ymmärtää aistien luonteen."²

Oliot ovat Ihmisestä etäisyyden päässä, mutta Ihmisellä on kyky lähestyä niitä. Ihmiselle etäisyys onkin etäisyyttä, jonka hän voi itse poistaa. Siksi Heidegger toteaa Entfernungin olevan Ihmisen eksistentiaali.

Se, mikä on avaruudellisesti lyhimmän matkan päässä, ei välttämättä ole kokemuksellisesti lähinnä. Ihminen on etäisyyden päässä lähinnä kuulo- ja näköaistinsa kautta, jotka ovat kaukoasteja. Heidegger toteaaakin silmälasien, jotka ovat avaruudellisesti hyvin lähellä, olevan kokemuksellisesti kauempana kuin on vastapäisen seinän taulu.³

Toinen Heideggerin Ihmisen avaruudellisuutta luonnehtiva käsite, Ausrichtung, viittaa suuntautumiseen. Olen aina jossakin, johon olen tullut jostakin. Olen asettunut kohtaan, jonka olen valinnut. Istun tuolilla kirjoittamassa tai seison ikkunan luona katsomassa maisemaa.⁴ Merleau-Pontyalla sama kehon suhde maailmaan tulee esiin käsitteessä kehon intentionaalisuus, josta enemmän myöhemmin. Heideggerilla kehon suuntautuneisuus viittaa siihen, että keho on keskus, josta käsin voidaan sanoa, että jokin on oikealla tai vasemmalla, ylhäällä tai alhaalla. Ne ovat suuntia, joiden keskipiste on minun kehoni ja joita kannan kaikkialle mukani.⁵

Kehoni avaruudellisuus on myös koetun maailmani avaruudellisuuden perusta. Heidegger kirjoittaa tästä: "Vain koska Ihminen on etäisyyden ja suuntautuneisuuden tavoin avaruudellinen, voi hän kohdata ympäröivän maailman käsillä olevat esineet niiden avaruudellisuudessa."⁶ Merleau-Ponty ilmaisee saman runollisemmin toteamalla kehon avaruuden olevan "se pimeys, joka tarvitaan teatterissa, jotta esitys näkyisi"⁷, se tausta, jota vasten ele ja sen päämäärä tulevat esiin.

Oikea ja vasen, edessä ja takana, ylhäällä ja alhaalla eivät koetussa avaruudessa ole samanarvoisia. Ihminen elää elämäänsä etupäässä 'eteenpäin'. Ihminen on yleensä kasvokkain työnsä kanssa tai toisen ihmisen kanssa, jolle hän puhuu. Hän kävelee eteenpäin. Halutessaan huomioida jotakin takanaan olevaa hän kääntyy ja tekee siitä edessään olevan.⁸

¹ SZ, s. 105.

² "Mon corps est à la fois coextensif au monde, épanché tout à travers les choses et, à la fois, ramassé en ce seul point qu'elles indiquent toutes et que je suis sans pouvoir le connaître. Ceci doit nous permettre de comprendre ce que sont les sens." EN, s. 366.

³ SZ, s. 107.

⁴ SZ, s. 107.

⁵ SZ, s. 108.

⁶ "Und nur weil Dasein in der Weise von Entfernung und Ausrichtung räumlich ist, kann das umweltlich Zuhandene in seiner Räumlichkeit begegnen." SZ, s. 110.

⁷ "<...> qu'il est l'obscurité de la salle nécessaire à la clarté du spectacle ..." PP, s. 117.

⁸ Ks. Schrag 1980, s. 62.

Koettu avaruus ja koettu aika ovat ihmisen elämismaailmaa kannattelevia perushorisontteja. Ne ovat myös horisontteja, joiden kokemista liikunta voi muuttaa tai avata. Esimerkiksi monissa peleissä pelaajalle on tärkeää olla tietoinen muiden pelaajien asemasta kentällä. Tällöin hänen koettu avaruutensa laajenee tilanteesta riippuen sivuille ja taakse. Esimerkiksi jalkapallossa tai jääkiekossa hyökkääjäpelaajan on tärkeää tietää, missä tulevat muut hyökkääjät, onko takaa ryntäävä pelaaja oman vai toisen joukkueen jne. Joissakin liikuntamuodoissa koetun avaruuden laajentamiseen pyritään tietoisesti tekemällä harjoituksia, joissa pyritään tunnistamaan takaa tuleva liike¹.

Koettu avaruus ei siis ole mikään stabiili, muuttumaton kokemushorisontti, vaan se on elävä kokemuksellinen rakenne, joka muuttuu liikkumiseni myötä.²

KEHON INTENTIONAALISUUS

Keho on maailmassa olemisemme keskus, mutta sillä on myös kyky ek-staasiin, itsensä ylittämiseen. Emme elä maailmassa irrallamme, itseemme sulkeutuneina, vaan kehona (ja tietoisuutena) olemme jatkuvasti suhteessa maailmaan. Elävänä, aistivana kehona olemme jatkuvassa kosketuksessa siihen esiobjektiiviseen, johon kaikki kielellinenkin perustuu. Tämä suhde on "luonnollisen subjektimme", siis kehomme, intentionaalisuutta.

Merleau-Pontyn mukaan jokainen liike on erottamattomasti "liike ja tietoisuus liikkeestä".³ Liike, liikkuvuuteni on perusintentionaalisuuttani, perustava suhteeni maailmaan. Merleau-Pontyille tietoisuutta ei niinkään luonnehdi ajattelu kuin toiminta. Hän kirjoittaaakin, että "Tietoisuus ei alkuperäisesti ole 'ajattelen että' vaan 'minä voin'".⁴ Tietoisuus on intentionaalinen, koska se on aina suhteessa johonkin. Samoin keho on intentionaalinen, koska se niin havainnoissan kuin liikkeissään on aina suhteessa maailmaan.

Kun katsomme tarkasti kehoa ja sen liikettä, voimme havaita, että kaikille sen liikkeille on olemassa tietty tausta, ja liike ja sen tausta muodostavat ainutkertaisen kokonaisuuden. Merleau-Pontyn mukaan tämä tausta on mukana jokaisessa liikkeessä ja tausta kannattelee liikettä joka hetki. Liike syntyy myös taustansa inspiroimana. Merleau-Ponty kuvaa liikkeellä ja sen taustalla kehon ja maailman intentionaalista suhdetta.⁵

Liikkeeseen liittyvä tausta antaa välineet jakaa liikkeet abstrakteihin ja konkreettisiin niin, että konkreettisen liikkeen tausta on maailma niin kuin se on annettu, abstraktin liikkeen tausta luodaan itse.⁶ Abstraktissa liikkeessä liikkuja luo "eteensä" oman avaruutensa, tilansa, jota vasten liike saa merkityksensä. Konkreettisen liikkeen ollessa kyseessä taustana on aktuaalinen avaruus niin kuin

¹ Esimerkiksi japanilaisissa ja kiinalaisissa kamppailulajeissa sokkoharjoitukset ovat käytettyjä. Budo-lajien käsite *zanshin*, varuillaanolo, tarkoittaa jatkuvaa tietoisena olemista koko ympäristöstä.

² Ks. Schrag 1980, s. 61.

³ "mouvement et conscience de mouvement", PP, s. 129.

⁴ "La conscience est originairement non pas un 'je pense que', mais un 'je peux'." PP, s. 160.

⁵ PP, s. 128 - 129.

⁶ PP, s. 128.

sen koemme. Merleau-Ponty toteaa konkreettisen liikkeen olevan tämän vuoksi keskihakuinen ja abstrakti on keskipakoinen. Edellinen tapahtuu aktuaalisessa, konkreettisesti todellisuudessa, jälkimmäinen mahdollisessa todellisuudessa; ensimmäinen "on kiinni" annetussa taustassa, jälkimmäinen luo oman taustansa. Abstrakti liike tulee mahdolliseksi projektion kautta, jonka liikkeen subjekti asettaa edessään olevaan tyhjään tilaan ja "jossa se, mitä ei luonnossa ole, voi saada olemassaoloa muistuttavan muodon"¹.

Esimerkiksi tanssissa nämä kummatkin liikkeen tavat tulevat esiin. Selitän asian esimerkin avulla. Tanssija tanssii parin kanssa ja ilmaisee tanssissaan rakkauden tunnettaan pariinsa. Tanssijan käden hyväilevä liike on konkreettinen. Sillä on konkreettinen tausta: toisen kasvot. Tanssija voi ilmaista rakkauden tunnettaan myös kuvittelemalleen henkilölle. Tämä henkilö on mukana tanssissa mielikuvana, jonka tanssija asettaa tyhjään tilaan eteensä. Hyväillessään kuvittelemansa henkilön kasvoja hänen liikkeensä on abstrakti, koska sen tausta on projektio. Abstrakti liike tulee erittäin hyvin esiin pantomiimissa, jossa tanssija yrittää vaikkapa etsiä aukkoa näkymättömästä seinästä. Taitava tanssija liikkuu kuvittelemansa kohteen muodon mukaan niin, että tämä kohde tulee katsojillekin eläväksi. Monesti tanssi sisältää sekä konkreettisia että abstrakteja liikkeitä: Toisten liikkeiden tausta voi olla näyttämö, lavasteet, yleisö tai toinen tanssija, toisten jokin kuviteltu.

Abstraktin liikkeen taustana voidaan nähdä myös keho itse. Merleau-Ponty toteaa näin olevan siinä mielessä, että abstraktin liikkeen aikana keho ei ole vain väline johonkin muuhun, vaan siitä tulee itsestään liikkeen "kohde".² Intentioni kohde ei ole silloin ulkopuolinen maailma vaan sisäinen kokemukseni.

KEHON TEMPORAALISUUS

Merleau-Ponty puhuu "nykyisyyden kentästä"³ minun ja ajan kosketuskohtana. Nykyisyyteni on se hetki, jossa avautuvat sekä tulevaisuuden että menneisyyden horisontit. Merleau-Ponty kuvaa sattuvasti nykyisyyttä hetkenä, jossa oleminen ja tietoisuus yhtyvät.⁴ Kehontietoisuuden tasolla voidaan sanoa, että kehoni on tämä nykyisyyden kenttä. Se on välttämättä aina tässä ja nyt. Tässä mielessä siitä ei voi koskaan tullaakaan menneisyyttä.⁵ Keho hyvin konkreettisella tavalla tuo menneisyyden, kantaa sen mukanaan tähän hetkeen.

Sartre tuo esiin ajatuksen kehosta menneisyytenä siinä mielessä, että tehdessäni mitä tahansa, myös havainnossani, minun on aina tietyllä tavalla ylitettävä kehoni. Koska keho on se, mikä ylitetään, se on menneisyys.⁶ Kun käsittelen esineitä, ajan autoa tai teen havaintoja, esimerkiksi katselen ikkunasta ulos, en yleensä ole lainkaan tietoinen kehostani. Olen tietoinen vain kohteesta

¹ "<...> où ce qui n'existe pas naturellement puisse prendre un semblant d'existence." PP, s. 129.

² PP, s. 129, nootti 3.

³ "champ de présence", PP, s. 475.

⁴ PP, s. 485.

⁵ PP, s. 163.

⁶ EN, s. 374.

ja ylitän kehoni. Tämä liittyy Heideggerin ajatukseen siitä, että se, mikä on meitä fyysisesti lähimpänä, ei välttämättä ole lähimpänä kokemuksellisesti.

Keho on menneisyytensä tietysti siinä mielessä, että se kantaa menneisyyttään mukanaan "salaisesti sitä raviten, omistaen sille osan voimastaan"¹, kuten Merleau-Ponty runollisesti toteaa. Tämä on helppo nähdä vammassa, esimerkiksi amputoidussa kädessä. Keho kantaa mukanaan vammojaan, arpiaan, mutta myös kehollisia muistojaan ja taitojaan. Voisi todeta, että keho tuo nykyisyyteen taitonsa ja jälkensä.² Olennaista kehon taidoille ja jäljille on niiden pysyvyys ja se, että ne voivat värittää voimakkaasti koko eksistenssin. Taidon pysyvyydestä on hyvä esimerkki polkupyörällääjo, jota ei unohda, jos sen on kerran oppinut. Toisaalta esimerkiksi vamman tai sairauden aiheuttama kipu voi värittää eksistenssin hyvin voimakkaasti. Hyvä esimerkki tästä on selkäkipu. Tarkastelen kehomuistin rakenteita tarkemmin luvussa neljä.

Keho ei siis ainoastaan tuo taitojaan ja jälkiään nykyisyyteen, vaan nämä voivat antaa eksistenssille voimakkaan kokemuksellisen värityksen. Lauri Rauhalaan eksistenssin laatua kuvaava akseli, suotuisuus - epäsuotuisuus³, toimii hyvin tämänkinlaisen värittyneisyyden kuvaajana.

Kehon ekologisen tasapainon rikkoutuminen - kuten huippu-urheilussa usein tapahtuu - aiheuttaa usein jäljen, joka kulkee kehossa mukana koko loppuiän. Tällainen jälki asettaa ne lasit, joiden läpi urheilija katsoo maailmaa suuren osan ajastaan. Samoin on laita myös niiden taitojen kohdalla, jotka ihminen on omaksunut. Hänen liikkuvuutensa, tasapainonsa, taitonsa jne. tuovat hänen menneisyytensä, kaiken harjoittelunsa, siihen nykyisyyteen, jossa ne hänelle ilmenevät kokemuksena.

Tein jo ensimmäisessä luvussa eron objektiivisen ajan ja koetun ajan välillä ja totesin, että ne ovat liikunnan filosofisen analyysin kannalta tärkeitä siksi, että eri liikunnan projekteissa ne tematisoituvat eri tavoin. Voiton projektissa keskeistä on objektiivinen aika. Tämä näkyy ajanoton tärkeydestä niin kilpailuissa kuin harjoittelussakin. Urheilija ohjelmoi harjoittelunsa harjoitusohjelmassaan ja seuraa suunnitelman toteutumista pitämällä tarkkaa harjoituspäiväkirjaa. Harjoitusohjelmasta on pidettävä kiinni, siihen kirjoitettuja harjoitteluajoja ja pituuksia on noudatettava. Harjoitusohjelma laaditaan kohottamaan urheilijan suorituskykyä tietyssä ajassa, vuodessa, neljässä vuodessa, parhaalle mahdolliselle tasolle. Monissa kilpailulajeissa suoritukseen kuuluva objektiivinen aika ratkaisee myös kilpailijoiden paremmuuden.

Itsen projekteissa sitä vastoin objektiivisella ajalla ei ole tällaista merkitystä. Harjoittelun, jossa pyritään ihmisen varsinaistumiseen eikä voittoon, aikahorisonttina on koko elämä. Tavoitteita ei voida asettaa objektiivisessa ajassa. Rajallisuutensa oivaltaminen, mikä Heideggerin mukaan juuri synnyttää halun kohti varsinaistumista, on koetun ajan luonteen oivaltamista. Se on elämän luonteen oivaltamista sellaisena, kuin se ilmenee koetussa ajassa.

¹"<...> elle le nourrit secrètement ety emploie une part de ses forces..." PP, s. 101.

² Puhuessani vammasta jälkeen en käytä käsitettä Levinasin mielessä. Mutta kun puhutaan esiobjektiivisen kehon kokemuksen mieleenpalauttamisesta, niin kuin teen luvussa neljä, tämä kokemus voidaan tulkita Levinasin "jäljeksi".

³ Rauhala 1986, s. 89 - 102.

ELÄMISMAAILMA

Ihmiselle maailmassa olo kehona on primaaria. Se tekee myös hänen tietoisuutena olemisensa mahdolliseksi olemalla sen perusta. Kehona olen tietoinen näkökulma maailmaan, näkökulma, joka on liikkuva, koska kehona olen liikkuva. Kehollisuudestani määräytyy myös elämismaailmani rakenne. Se avoimuus, jota olen, on perustaltaan kehoni avoimuutta, kehollista kuuluvuuttani olevan yhteyteen.

Elämismaailma tarkoittaa maailmaa, joka on minulle välittömästi annettu kokemuksessani. Kaikki tekemisemme, kaikki valintamme perustuvat aina johonkin, joka on jo meille annettua¹, siis elämismaailmaamme.

Tarkastelen ulkoisia objekteja kehollani, käsittelen niitä, tutkin niitä, kävelen niiden ympäri jne. Mutta kehoni ei ole kuitenkaan objekti muiden objektien joukossa. Jotta voisin tarkastella kehoani kuten muita objekteja, tarvitsisin toisen kehon.² Kehoni ei ole objekti muiden objektien joukossa, vaan sen ehto, että voimme havaita maailman objekteineen: se on elämismaailmamme perusta.

Merleau-Ponty toteaa kehon yhdistävän ja pitävän sisällään ajan ja avaruuden.³ Kehon elämismaailman aika ja avaruus ovat subjektiivisia, eivät siis objektiivisen ajan ja avaruuden tavoin mitattavissa. Elämismaailmani avaruudessa objektit sijaitsevat kehoni ylä- tai alapuolella, oikealla tai vasemmalla, ovat sitä lähellä tai siitä kaukana. Kaikki nämä ovat suhteellisia käsitteitä, joiden keskipisteessä on keho subjektiivisine kokemuksineen. Samoin elämismaailmassani lyhyt tai pitkä aika on suhteellinen käsite. Minuutti hammaslääkärissä saattaa tuntua ikuisuudelta.

On mahdollista ottaa esiin elämismaailman eri tasoja, kokemuksellisia kenttiä, jotka eivät ole redusoitavissa toisikseen. Kutsun tällaisia kokemuksellisia tasoja kokemushorisonteiksi. Tällaisia kokemuksellisia tasoja eli horisontteja ovat esimerkiksi tunnehorisontti, jossa ilmenevät niin vihan kuin rakkauden kokemukset, tai älyllinen horisontti, johon liittyvät intellektuaaliset kokemukseni.

Horisontteja ei voi palauttaa toisiinsa. Tämä tarkoittaa yksinkertaisesti, että en voi palauttaa esimerkiksi rakkauden kokemustani älyllisiin kokemuksiini tai selittää sitä niiden avulla. Kummatkin kuvaavat aitoja, laadullisesti erilaisia kokemukseni tasoja.

OBJEKTIKEHO JA ELETTY KEHO

Liikunnan filosofisen analyysin kannalta on tärkeää tuoda esiin kehollisen kokemuksen eri tasot ja erottaa ne psyykkis-henkisistä kokemuksistamme. Koska ihminen on kokonaisuus, näiden käsitteleminen toisistaan erillisinä ei tarkoita kuitenkaan sitä, että ne eivät vaikuttaisi toisiinsa. Kokemuksemme eri tasot - Lauri Rauhalaan termiä käyttäakseni - aina resonoivat⁴ toisiinsa.

¹ PP, s. 519.

² PP, s. 107.

³ PP, s. 164.

⁴ Rauhala 1986, s. 48 - 49.

Otan lähtökohdakseni eri kokemuksellisten tasojemme eksplikoinnissa Max Schelerin jaon elettyyn, koettuun kehoon (*der Leib*) ja objektikehoon (*der Körper*).¹ Merleau-Ponty teki filosofiassaan vastaavan jaon noin kolmekymmentä vuotta Scheleriä myöhemmin.

Eletyn kehon ja objektikehon käsitteet ovat intuitiivisestikin selviä. Objektikeho on kehomme esineenä tarkasteltuna. Sillä on tietty rakenne: luusto, lihaksisto, verenkiertoelimistö jne. Tämä on se keho, jota fysiologia tutkii ja jota urheiluvalmennus harjoittaa. Katsoessamme toista näemme hänen objektikehonsa, tai itse asiassa vain sen pinnan. Se on niin ja niin pitkä ja niin ja niin painava.

Emme kuitenkaan koskaan itse koe kehoamme näin. Emme koe luustoamme, sydäntämme tai maksaamme esineiden tavoin. Merleau-Ponty toeaakin, että kehomme ei ole koskaan objekti, koska sen kautta objektit ovat olemassa.² On tietysti mahdollista esineellistää myös oma kehonsa, niin kuin urheilussa monasti tapahtuu, mutta silloin kadotetaan kosketus eletyn kehon kokemukseen.³ Tällöin maailma tulee suljetuksi objektien, esineiden maailmaksi, jonka ulkopuolelle ei jää mitään merkittävää.⁴

Kun hyttynen pistää meitä, ja tapamme sen nopealla käden liikkeellä, emme liiku objektikehon ja siihen liittyvän objektiivisen avaruuden alueella, vaan eletyn kehon ja eletyn avaruuden alueella.⁵ Emme myöskään liikuta koskaan objektikehoamme, vaan koettua kehoamme. Esimerkiksi kutoessa tai soitettaessa pianoa ei ole tarpeen katsoa sormia, koska ne eivät ole objekteja objektien joukossa: koko toiminta tapahtuu koetussa kehossa.⁶

Eletty kehomme (Leib) avautuu meille kehontietoisuudessamme. Merleau-Ponty kirjoittaa tästä: "<...> kehon tietoisuus tunkeutuu kaikkialle kehoon, henki levittäytyy kaikkialle sen osiin <...>"⁷ Max Scheler kehottaa tekemään ajatuskokeen ja sulkemaan kaikki ulkoiset aistikanavamme, jolloin emme havaitse objektikehoamme. Mitä jää jäljelle? Eletyn kehon tietoisuutemme ei siitä vähene millään tavoin.⁸ Sisäinen kehontietoisuutemme säilyy, vaikka kaikki aistikanavamme sulkeutuisivat.

Scheler tekee selvän eron **ego-tietoisuuden** ja **kehontietoisuuden** välille. Tätä eroa ei Schelerin mukaan perinteinen filosofinen analyysi huomaa. Kehontietoisuus tulkitaan yleensä kehon sisäisten orgaanisten aistimusten summaksi (kineettinen aisti, liikkeen, kivun, kutinan jne. aistimukset) ja nämä aistimukset erotetaan niiden laadun ja paikan suhteen ulkoisista, kuten värien ja äänien aistimuksista. Niiden nähdään kuitenkin kuuluvan samaan psyykkisten ilmiöiden tasoon, johon kuuluvat esimerkiksi masennus tai surullisuus. Samaan tasoon kuuluisi silloin esimerkiksi

¹ Scheler 1980, s. 397.

² PP, s. 108.

³ PP, s. 86.

⁴ On tärkeää huomata, että anatomian ja fysiologian kaltaiset tieteet, jotka tutkivat kehon rakennetta, voivatkin tarkastella vain objektikehoa. Näiden tieteiden käyttämällä hypoteesilla ihmisestä objektina on kuitenkin vain rajoitettu soveltuvuusalue. Esimerkiksi liikunnassa liikkujalle itselleen tärkein näkökulma on koettu keho, siis se, miten hän liikuntansa kokee eikä esimerkiksi se, miten hänen objektikehonsa eri elimet toimivat.

⁵ PP, s. 122.

⁶ PP, s. 123.

⁷ "<...> la conscience du corps envahit le corps, l'âme se répand sur toutes ses parties, ..." PP, s. 90.

⁸ Scheler 1980a, 397 - 398.

kivun tunne. Perinteinen keskustelu *body-mind* -ongelmasta lähtee yleensä siitä, että otetaan lähtökohdaksi vaikkapa kivun tunne, joka syntyy nipistettäessä ihoa. Se nähdään psyykkisenä kokemuksena. Seuraavaksi edetään tämän psyykkisen kokemuksen ja siihen liittyvän fyysisen ilmiön suhteen selittämiseen.¹

Tässä ei kuitenkaan tehdä oikeuta sille kokemukselliselle tasolle tai kentälle, jota eletyn kehoni tietoisuus edustaa vaan eletyn kehoni tietoisuus redusoidaan suhteeksi psyykkisten ja fyysisten faktisiteettien välille.²

Tällöin oletetaan, että ei ole mitään mihinkään palautumatonta, analysoimatonta tietoisuuden piiriä, joka on eletyn kehon tietoisuus, tai vastaavaa eletyn kehon ilmiötä. Kuitenkin Schelerin mukaan *Leiblichkeit*, eletty, koettu kehollisuus, edustaa sellaista fenomenologiselle intuitiolle annettua, joka toimii havainnon muotona kaikissa faktisissa eletyn kehon havainnoissa.³ Perinteisessä tulkinnassa virhe on siinä, että oletetaan eletyn kehon ja objektikehon identiteetti. Elettyä kehoa ei nähdä perustavana kokemuksellisena tasona. Oletetaan siis, että se, minkä näen oikeana kätenäni, ja se, mitä juuri nyt särkee (oikea käteni), ovat identtiset.⁴

Eletty kehoni on kuitenkin aina annettu täysin yhtenäisenä kokemuksellisena tosiasiana, joka on riippumaton ja annettuna olemisen järjestyksessä ensisijainen kaikkiin erityisiin orgaanisiin aistimuksiin tai ulkoisiin havaintoihin nähden. Edelleen Scheler toteaa, että suhde kehontietoisuuden ja orgaanisten aistimusten välillä ei ole verrattavissa kokonaisuuden ja sen osan väliseen suhteeseen. Kyseessä on ennemminkin muodon suhde sisältöön. Scheler toteaa, että aivan kuten psyykkiset kokemukset koetaan "egossa", jossa ne liittyvät tietynlaiseksi ykseydeksi (tietoisuuden virraksi, jonka keskuksiksi asetamme egon), samoin kaikki orgaaniset aistimukset ovat välttämättä annettuna yhdessä eletyssä kehossa, eletyn kehon tietoisuudessa. Kun havaitsemme esimerkiksi kivun tunteen, voimme tuntea eletyn kehon kokonaisuuden sen taustana.⁵

Scheler toteaa eletyn kehon olevan silloin perustava ilmiö, johon objektiivisenkin kehon annettuna oleminen perustuu.⁶

Perustava Schelerin esittämä ajatus on, että eletyn kehon annettuna olemisen tapa on perustaltaan erilainen kuin egon ja sen tilojen ja kokemusten annettuna olemisen tapa.⁷ Scheler kirjoittaa näistä kokemuksen tasoista sfääreinä, jotka eivät ole redusoitavissa toisikseen.⁸ Eletty keho on helppo kokea tässä ja nyt, sen sijaan egoa psyykkis-henkisen kokemuksen "kokoajana" on vaikeampi löytää. Jos käännyimme sisäänpäin kohti itseämme ja yritämme löytää egomme, emme helposti löydäkään mitään, tai löydämme sen, mitä Heidegger filosofiassaan kutsuu avoimuudeksi, avoimuudeksi olevalle.

¹ Scheler 1980a, s. 398.

² Scheler 1980a, s. 398.

³ Scheler 1980a, s. 397.

⁴ Scheler 1980a, s. 399.

⁵ Scheler 1980a, s. 401.

⁶ Scheler 1980a, s. 399.

⁷ Scheler 1980a, s. 397.

⁸ Scheler 1980b, s. 56.

Liikunnan filosofian kannalta jako objektikehoon ja koettuun kehoon on tärkeä ja nämä näkökulmat tulevat esiin eri liikunnan projekteissa eri tavoin. Voiton projektissa tärkein näkökulma kehoon on objektikehon näkökulma. Voiton projektissa keho esineellistetään. Tämä tulee hyvin esiin liikuntatieteellisessä tutkimuksessa, jossa kaikin tieteen käytössä olevin keinoin etsitään mahdollisuuksia ihmisen fyysisen suorituskyvyn parantamiseen. Sama asenne liittyy urheiluvallmennukseen. Mekaanikko, joka trimmaa kilpa-auton moottoria ja valmentaja, joka ottaa aikaa juoksijan intervalliharjoitteista, suhtautuvat kohteeseensa samalla ontologisella tavalla: kummatkin yrittävät saada irti enemmän tehoa esineestä. Nk. psyykkisen valmennuksen ajatus on sama: urheilijan suorituskyvyn parantaminen.

Siirryttäessä pois voiton projektista kohti terveyden, ilmaisuuden ja itsen projekteja painoipiste siirtyy objektikehosta ja kehon esineellistamisestä kohti elellyn kehon kokemusta. Monissa itsen, mutta myös ilmaisuuden projekteissa pyritään kehittämään kehon kokemuksen sensitiivisyyttä, pyritään tietoisesti tulemaan herkäksi kehollisille kokemuksille. Aistimellisuus ja ruumiillisuus ovatkin uuden liikuntakulttuurin iskusanoja.

PSYKKIS-HENKINEN JA KEHOLLINEN KOKEMUSHORISONTTI

Katson seuraavaksi tarkemmin elämismaailmaa ja siihen liittyviä kokemuksellisia tasoja. Edellä kuvatussa Schelerin tulkinnassa tulee esiin kaksi perustavaa kokemuksellista kenttää. Toinen on psyykkis-henkisten ilmiöiden taso, jonka kokoavana tekijänä on ego, ja toinen on kehontietoisuuden taso, jonka perusta on Leib, elävä, koettu keho. Nämä kokemukselliset tasot eivät ole redusoitavissa toisikseen, vaan ilmentävät ihmisen alkuperäisiä ja aitoja kokemuksellisia perusrakenteita.

Käsillä olevassa tulkinnassa ja edellä kuvatussa egon postuloinnissa ei ajauduta dualistiseen body-mind ongelman ratkaisuun. Edelleen eksistenssi nähdään sinä perustavana "substansina", jonka ulottuvuuksia keho ja mieli ovat. Egolla tarkoitetaan tässä sitä rakennetta, jonka psykologia, tiede, luonnollinen asenne jne. postuloivat tietoisuuden virran kannattajaksi, mutta jota aktuaalisessa introspektiivisessä kokemuksessa meidän on kuitenkin vaikea löytää. Tavoitamme vain avoimuuden tai hiljaisuuden, jonka kautta oleva ilmenee meissä.

Emme siis tapaa elämismaailmaamme leikkaamassa vain yhtä kokemushorisonttia. Tarkemmin katsoessamme löydämme siitä tässä vaiheessa ainakin kaksi kokemuksellista tasoa, jotka eivät ole palautettavissa toisikseen, kuten Scheler on pyrkinyt osoittamaan.

Kutsun **psyykkis-henkiseksi kokemushorisontiksi** sitä kokemuksellista tasoa, jonka "taustana" on egotietoisuutemme; kutsun **keholliseksi kokemushorisontiksi** sitä kokemuksellista tasoa, jonka "tausta" on Schelerin esiin tuoma kehontietoisuutemme. Olen nyt siis ottanut esiin elämismaailmastamme kaksi perustavaa tasoa: psyykkis-henkisen ja kehollisen kokemushorisontin.

Mutta kokemustemme tasojen erittely ei pääty tähän. Jos katsomme tarkasti psyykkis-henkistä kokemustamme, näemme sen jakaantuvan selvästi erilaisiin, toisiinsa palautumattomiin tasoihin. Tällaisia ovat esimerkiksi eettiset, esteettiset, älylliset, tunteeseen tai tahtoon liittyvät kokemuksemme. Samalla tavalla voin katsoa kehollista kokemustani. Sen erilaisia tasoja ovat

esimerkiksi kehomme liikkuvuuteen, nopeuteen, voimaan, mutta myös kosketukseen liittyvät kehonkokemuksemme. Näitä tasoja voimme kutsua osahorisonteiksi.

Tunnehorisontti on silloin koko se tunnekokemusten avoimuus, jonka ääripäitä edustava vihan ja rakkauden tunteet. Kehollisen kokemuksen kosketukseen liittyvän horisontin ääripäitä edustaisivat hyväily ja murha.

KOKEMUSHORISONTTIEN LAAJUUS JA MAAILMAN MERKITYKSET

Kaikki kokemushorisonttimme avaavat meille maailman tietyllä tavalla. Voidaan puhua **kokemushorisonttien sulkeutuneisuudesta tai avoimuudesta**. Esimerkki auttaa ymmärtämään asian. Ihmisen tunnehorisontti on sulkeutunut (kapea, ahdas) silloin, kun hän kykenee ilmaisemaan vain vähän tunteita, esimerkiksi vain vihaa, tai jos hän ei kykene minkäänlaiseen tunteen ilmaisuun. Se on avoin silloin kun tunneskaala on laaja. Jos tunnehorisontti on sulkeutunut käsittäen vain neutraaleja tai vain vihan tunteita, myös maailma ja toiset ihmiset "avautuvat", tulevat ymmärretyiksi vain näiden käsitteiden kautta. Tunteisiin liittyvät merkitykset jäävät avautumatta tai avautuvat vain osittain. On ikään kuin ihminen katsoisi maailmaa vain pienestä aidan raosta, kun hänelle on kuitenkin mahdollista avata koko portti ja astua sisään.

Jos sen sijaan tunneskaala on laajempi, tunnehorisontti avoimempi, myös maailma näyttäytyy avoimempänä, monimerkityksellisempänä. Näin avautuvat merkitykset avaavat ihmiselle uusia mahdollisuuksia toimia ja kokea maailma rikkaammalla tavalla. Onko hän silloin avoimempi olevalle? Voidaanko olevan peittoja kuvata kokemushorisonttiemme sulkeutuneisuudeksi?

Samoin voin ottaa esimerkin kehollisten kokemushorisonttien alueelta. Aluksi on huomattava, että joidenkin kehollisten kokemushorisonttien avoimuus tai sulkeutuneisuus on riippuvainen tietyistä kehollisista faktisiteeteista. Siis se, miten esimerkiksi voimakkuuteni koen, koenko jossakin tilanteessa olevani liian heikko tai voimakas, riippuu faktisesta voimastani, jota voin lisätä erilaisin harjoittein. Sellaisten liikunnan kannalta keskeisten kokemusten kuten nopeuden, notkeuden, voiman, kestävyuden ja taidon ollessa kyseessä asia on samoin. Näin ei kuitenkaan ole kaikkien kehollisten kokemusten laita. Esimerkiksi liikuntaan yleisesti liittyvä voimakas kehollinen, miellyttävä elämys, voimakas kehontietoisuuden tunkeutuminen kokemuksessa päällimmäiseksi, ei ole riippuvainen mistään erityisistä tiettyihin faktisiteetteihin liittyvistä harjoitteista.

Fyysisen harjoittelun avulla saatu taito ja kunto kehollisten kokemushorisonttieni avoimuutena mahdollistaa minulle sen, että voin kiivetä vuorelle ja ottaa sen siten kehollisesti haltuuni. Jos verrataan sitä kokemusta, joka on samasta vuoresta henkilöllä, joka joutuu tekemään havaintonsa sen juurella seisten, on hänen ja minun kokemusteni välillä suuri ero. Saman vuoren merkitys hänelle on aivan toinen kuin minulle. Vuori - ja maailma yleensä - avautuu hyvin konkreettisella tavalla laajempaan sille, jonka ne keholliset kokemushorisontit ovat avoimia, jotka mahdollistavat tämän haltuunoton.

Merleau-Ponty kirjoittaa: "<...> meidän on herätettävä uudelleen kokemuksemme maailmasta niin kuin se ilmenee meille siinä, että olemme maailmassa kehona ja havaitsemme maailman

kehollamme."¹ Merleau-Ponty korostaa edelleen sitä, että liikkeen kehollinen kokemus ei ole mikään tiedon muoto. Se on alkuperäinen tie maailmaan ja objekteihin. Kehoomme ja sen liikkumiseen liittyy jo alkuperäinen tapa ymmärtää maailmaa, joka ei tarvitse tuekseen mitään kielellistä ilmaisua.²

Kehollisessa kokemuksessa, sen eri kokemushorisontissa, olemme suoraan avoimia kohti maailmaa, tavoitamme sen esiobjektiivisen kokemuksen, jonka perustalta vasta kaikki kielellinenkin voi syntyä.³

Sitä, miten kokemushorisonttiemme avoimuus tai laajuus avaa maailmaa meille, voisi kuvata metaforalla valonheittäjästä. Valonheittäjän valokiila voi olla kapea tai laaja. Kun tällainen valokiila pimeydessä osuu maailmaan, sen avoimuus, laajuus määrää sen, miten paljon maailmaa näyttäytyy sen valossa. Kuten valonheittäjä ihminenkin tutkii maailmaa kehollaan: hän juoksee, kiertää, kääntää pänsä, käsittelee. Kokeakseen, miltä tuntuu hieroa kämmeniään vastakkain huuruudessa aamuilmassa, hän tarvitsee kaksi kättä.

III LIIKUNNAN PROJEKTIT VARSINAISEN OLEMISEN NÄKÖKULMASTA

Ensimmäisessä ja toisessa luvussa olen tuonut esiin sen, miten ihminen on maailmassa kehona. Tästä olemisesta olen ottanut esiin monia tasoja, joista tutkimukseni kannalta keskeisimpiä ovat varsinaisen ja epävarsinaisen olemisen käsitteet. Tutkimukseni keskeinen teema on, että nimenomaan kehollisen kokemuksensa kautta ihminen voi tematisoida maailmassa-olemisensa ja valita varsinaisen olemisen epävarsinaisen olemisen sijaan. Liikkeen avulla ihminen voi tutkia itseään. Hän voi tutkia suorituskykynsä rajoja, ilmaisukykyä rajoja, mutta myös mahdollisuuttaan olla varsinaisesti. Eri liikunnan muodot tuovat esiin erilaisia päämääriä. Liikunnan filosofisen analyysin kannalta on mielenkiintoista katsoa, miten eri liikkumisen tavat asettuvat suhteessa Heideggerin varsinaisen ja epävarsinaisen olemisen käsitteisiin. Tämän kautta päästään käsiksi niihin kokemushorisontteihin, joissa liikunta ihmisessä vaikuttaa.

¹ "Il va falloir de la même manière réveiller l'expérience du monde tel qu'il nous apparaît en tant que nous sommes au monde par notre corps, en tant que nous percevons le monde avec notre corps." PP, s. 239.

² PP, s. 164.

³ On huomattava, että kokemuksiimme liittyvät merkitykset syntyvät ajassa. Kokemushorisonttien muodostuminen on historiallinen prosessi, jossa opimme erottamaan eri kokemustemme vivahteet toisistaan, ja jossa ne saavat erilaisia merkityksiä. Tämän monitasoisen ja monimutkaisen prosessin kuvaaminen ei kuulu tämän työn alueeseen. Tästä problematiikasta ks. esim. Schrag 1980.

PROJEKTI MERKITYKSENÄ

Ihminen on jatkuvasti projekti, hän suuntautuu eteenpäin kohti mahdollisuuksiaan. Ihmisen erilaiset olemisen mahdollisuudet ovat se pelitila, jonka puitteissa Ihminen projektoituu.¹ Projektit ovat avoimuuksia mahdollisuuksien suuntaan.

Ihmisen projekti voi perustua varsinaiseen tai epävarsinaiseen ymmärrykseen. Ymmärrys on autenttinen, varsinainen, jos sen perusta on itse eikä Kuka Tahansa.² Kun ymmärrys heittää Ihmisen Kenen Tahansa projekteihin, se on itse epävarsinaisella tavalla. Projektit eivät ole koskaan lopullisia eivätkä sitovia, koska voin koska tahansa keskeyttää projektini, koska minussa on voima aloittaa aivan jotakin muuta.³

Projektilla on eräänlainen voima irrottautua subjektista ja tulla näkyviin ulkoisesti, esimerkiksi kehon ulkomuodossa tai sinä ympäristönä, jonka ihminen rakentaa itselleen. Liikunnan projekteissa käytännöllisesti katsoen kaikki näkyvät ulospäin liikkujan kehon muodossa, mutta myös palkintokaappeina ja vanhojen opettajien kuvina liikkujien olohuoneissa.

Kun kysymme, mikä on liikunnan projekti, kysymme sen merkitystä harrastajalle. Tämä merkitys saa rakenteensa sen esiyymmärryksen kautta, joka liikkujalla liikuntansa merkityksestä on. Liikunnan harrastajat käsittävät liikuntansa merkityksen monella eri tavalla. Otan esiin neljä liikunnna projektia, jotka ovat keskeisiä. Kutsun niitä voiton, terveyden, ilmaisuuden ja itsen projekteiksi.

Nämä projektit ovat idealisointeja siinä mielessä, että käytännössä ne eivät aina esiinny "puhtaina" vaan usein toisiinsa kietoutuneina. Monasti kaksi tai jopa kaikki projektit menevät päällekkäin. Voiton projektissa on useasti terveydellisiä Aspekteja ja jopa itsen tutkimiseen liittyviä Aspekteja. Näin ainakin siinä mielessä, että pyrittäessä hyviin suorituksiin tutkitaan ihmisen suorituskyvyn potentiaaleja. Projektit esiintyvät kuitenkin myös puhtaissa muodoissaan esimerkiksi huippu-urheilussa (voitto), lenkkeilyssä (terveys), taidetanssissa (ilmaisuus) tai joogassa (itse). Projekti - käyttämässäni merkityksessä - kuvaa sitä, mikä merkitys on olennaisin. Kun projekti ymmärretään "oikein", sen päämäärä on voitto, terveys jne. Kun siis esimerkiksi itsen projekti muutetaan voiton projektiksi, se on silloin "ymmärretty väärin".

Luonnehdin seuraavassa näitä neljää projektia tarkemmin lähtökohtana kysymys, miten liikunnan eri projektit näyttävät käsitteiden varsinainen ja epävarsinainen oleminen valossa. Näin saadaan valaistua kysymystä, miten liikunta voi olla tie kohti varsinaista itseä.

¹ SZ, s. 145.

² SZ, s. 146.

³ PP, s. 516.

VOITON PROJEKTI

Voiton projekteiksi asettuvat luonnollisesti kilpa- ja huippu-urheilu ja niihin liittyvät liikuntamuodot. Kilpailu saa aina merkityksensä voitosta. Kilpailu, jossa ei ole voittajaa, on ristiriita. Kilpailu vaatii aina myös muita, joiden kanssa kilpaillaan ja joiden suhteen oma sijoitus määräytyy. Voitto on olemassa voittona toisista, samoin häviö häviönä toisille. Vain yksi voittaa, yksilö tai joukkue, muut häviävät. Voittaja-häviäjä -suhde on tärkein suhde itsen ja toisen välillä. Tässä suhteessa ei pyritä tasapainoon siten, että kaikki voisivat olla voittajia yhtä usein. Päinvastoin: päämäärä on epätasapaino. Minun tulee olla aina voittaja, sinun häviäjä. Kaikki harjoittelu tähtää tähän. Voiton projektissa ympäristö tai luonto, myös toinen ihminen, on este, joka on ylitettävä.

Kilpailussa voittaminen ei riipu vain minusta. Urheilija ei voi olla voittaja niin halutessaan. Voittajanana oleminen määräytyy aina toisten kautta, niiden kautta, jotka voitetaan ja jotka häviävät. Se ei määräydy urheilijasta itsestään. Voittaessani en siis itse pysty määräämään tästä olemisen mahdollisuudestani, jonka koen tärkeäksi. *Toiset* määräävät sen, mikä olen, häviämällä minulle. Urheilijan panos on tässä tottakai suuri, mutta ei ratkaiseva: hän on parempi muita niin kauan kuin muut ovat häntä huonompia.

Heideggerille tällainen itsenä oleminen, joka määräytyy muiden kautta, on Kenen Tahansa itse. Samassa mielessä voittajana oleminen on Kenenä Tahansa olemista ja siis epävarsinaista olemista. Heideggerhan toteaa, että epävarsinaisessa olemisessä me jatkuvasti mittaamme etäisyyttä (*Abständigkeit*) muihin. Huolehdimme tästä etäisyydestä, katsomme olemmeko jäljessä, tasoissa vaiko edellä muita ja mitä meidän sen suhteen tulisi tehdä. Kun olemisemme tapa on tämä, olemme niin kuin kaikki ovat, itsemme on hajonnut Keneen Tahansa. Kilpaurheilussa tämä mittaaminen on saavuttanut huippunsa tarkkuudessa ja tärkeydessä. Nopeuseroja mitataan tuhannesosasekunneilla.

Heideggerilla epävarsinaiseen toisen-kanssa-olemiseen liittyy juuri huoli etäisyyden säilyttämisestä toiseen. Silloin ihminen omassa olemisessaan mittaa itseään toisista, kilpaurheilussa hyvin konkreettisella tavalla. Silloin "se itse ei ole, toiset ovat ottaneet siltä sen olemisen".¹ Tässä mielessä voittajan itse on Kenen Tahansa itse. Eksplisiittisestikään voiton projektissa itseä ei tematisoida varsinaisen olemisen mahdollisuuden suuntaan. Kilpailussa tärkeää on voitto ja kaikki siihen liittyvä, ei itsen tutkiminen. Voiton projekti ei tähtää ihmisenä olemisen ymmärtämiseen. Ennemminkin urheilija kääntyy pois itsestään kohti maaliviivaa, kohti voittoa, kohti julkisuutta, kohti Ketä Tahansa, kohti sitä, mitä muut sanovat hänen saavutuksestaan ja miten se vertautuu kaikkiin muihin saman lajin suorituksiin. Tätä vertausta tehdään tilastoissa, jotka media välittää kaikkien pohdittavaksi. Tätä vertailua tehdään urheilijoiden haastatteluissa, kun toimittajat ennen kilpailua tiedustelevat urheilijan voitonmahdollisuuksia.

Julkisuus on olennainen voiton projektiin liittyvä rakenne. Urheilun julkisuudessa on helppo nähdä monia epävarsinaiseen toisen-kanssa-olemiseen ja julkisuuden konstituutioon liittyviä tekijöitä, joita Heidegger luetlee: ainakin Gerede, Neugier, ja Zweideutigkeit.²

¹ SZ, s. 126.

² SZ, s. 167 - 175.

Urheilijan etäisyyttä muista eivät mittaa vain toiset. Hän mittaa jatkuvasti myös itseään toisiin nähden seuraamalla tilastoja, kelloa, tekemällä testejä, harjoittelemalla kovempaa, jotta juuri tietty kanssakilpailija olisi voitettavissa. Kun hän mittaa etäisyyttään muihin ja huomaa olevansa jäljessä, tämä saa hänet harjoittelemaan yhä enemmän ja enemmän. Koska kehon suorituskyky on voiton projektissa viety äärirajoille, urheilija joutuu voittoja saavuttaakseen rikkomaan kehonsa luonnollisen tasapainon. Näin juuri siksi, että se mihin hänen on kilpailussa kyettävä, määräytyy muiden kautta, Kenen Tahansa kautta, joka luulee kehon suorituskyvyn olevan äärettömästi parannettavissa. Kehon ekologian kannalta huippu-urheilussa on nämä rajat jo aikoja ylitetty.

Voiton projektissa toinen, joka pyritään voittamaan, ei välttämättä ole itse paikalla. Häntä voi edustaa hänen tuloksensa, joka voi olla ME, EM jne. Television katsojat näkevät sen esimerkiksi juoksussa numerosarjana vastaanottimen kuvaruudussa. Juoksijalle se on läsnä valmentajan huudossa. Tällaisessa tilanteessa kilpailija voi kamppailla myös sellaista toista vastaan, jota ei enää lainkaan ole. Vaikka vastustaja on itse kuollut, edustaa häntä hänen saavuttamansa ennätyslukema.

Ihmisen kutistaminen ajaksi, tulokseksi, ennätykseksi on tapa viedä häneltä hänen yksilöllisyytensä. Missään varsinaisessa mielessähän ihmistä ei voi supistaa numeroksi. Se voiton projektiin olennaisena kuuluva rakenne, että suoritus ilmaistaan numeroina, on omiaan vetämään urheilijaa kohti Ketä Tahansa, tulemaan numeroksi tilastonumeroiden joukossa. Hän tulee silloin tulkituksi vain siksi, joka esimerkiksi juoksi sata metriä aikaan 9.1, eikä siksi, mitä hän varsinaisesti on. Hänen omin olemisen tapansa, hänen kokemuksensa, pudotetaan pois, kun julkisuus heittää hänen ylleen urheilijan roolin.

Voiton projektiin liittyvä esiyymmärrys konstituoituu kulttuurisesti: koulujen urheilutunnit, medioiden urheilusivut ja urheiluruudut luovat sitä esiyymmärrystä, josta voiton projekti saa merkityksensä. Koska näin on, on helppo ymmärtää, että kilpaurheilu usein nähdään yhteiskunnan rakenteita symboloivana pelinä. Se ei vain heijasta yhteiskuntaa, josta se on saanut rakenteensa, vaan muotonsa säilyttävänä se myös säilyttää ja tukee niitä rakenteita, joita se kuvastaa. Näitä urheiluun liittyviä sosiaalisia rakenteita tutkii urheilun sosiologia.

Olen pyrkinyt tuomaan tässä esiin sen, että voiton projekti hyvin puhtaassa mielessä on myös hyvin puhtaasti Kenen Tahansa projekti ja silloin myös epävarsinaisen olemisen ilmenemistä. Tätä projektia kannattelevat monet niin sisäiset kuin ulkoiset rakenteet: voiton arvot, kaupallisuus, media ja kaikki muu se, mikä Kenen Tahansa näkökulmasta on arvokasta ja tavoittelemisen arvoista: maine, raha, valta, kunnia jne. Nämä ovat kaikki päämääräksi ymmärrettyjä välineitä. Voiton projekti on Kenen Tahansa projekti suhteessa itsen, koska siinä ei ihmisenä olemista tematisoida varsinaisen olemisen mahdollisuuden suuntaan sekä myös suhteessa toiseen, koska oleminen on etäisyyden ottoa toisesta.¹

¹ Jos olisin ottanut tarkastelun kohteeksi jonkin yksityisen liikuntamuodon, vaikkapa juoksun, kuva olisi muodostunut erilaiseksi siinä mielessä, että yksityisessä lajissa ja sitä harrastavissa ihmisissä tulee esiin monia kokemuksellisia tasoja. Juoksemista voidaan harrastaa monien erilaisten päämäärien vuoksi. Se voi olla voiton projekti, mutta myös terveyden, ilmaisun tai itsen projekti. Itse asiassa mikä tahansa liikuntamuoto voi saada voiton, terveyden, ilmaisun tai itsen projektien luonteen. Esimerkiksi kilpajuoksussa tulee esiin voiton projekti; lenkkeilyssä kyseessä on terveyden projekti; kun tanssija tai näyttelijä juoksee osana näytelmää tai tanssiteosta juoksulla on ilmaisun luonne; Hiei-vuoren tendai-munkit juoksevat saavuttaakseen valaistuksen, jolloin juoksu on itsen projekti. Puhdas voiton projekti, jota tässä olen tarkastellut liittyy lähinnä huippu-urheiluun, jossa muilla projekteilla ei ole sijaa. Yksityisen lajin fenomenologinen tarkastelu voidaan toteuttaa esimerkiksi tavalla, jota käytän ilmaisun projektin tarkastelun yhteydessä.

TERVEYDEN PROJEKTI

Ihmiset eivät liiku vain voittaakseen, vaan myös pysyäkseen terveenä ja lisätäkseen suorituskykyään. Nimitys "kuntoliikunta" viittaa näihin liikunnan projekteihin. Voiton projektit ja terveyden projektit eivät ole helposti erotettavissa toisistaan. Monissa terveyden projekteissa voitolla on myös keskeinen sija. Silloin voi kysyä, onko itse asiassa kyseessä lainkaan terveyden projekti, jos voitto on kuitenkin ensisijainen päämäärä.

Terveys voidaan määritellä ainakin kahdella tavalla: (i) patologisten tilojen, siis sairauksien poissaolona ja (ii) kuntona, suorituskykynä, sinä mitä tarkoitetaan englannin kielen sanalla "*fitness*".¹ Liikunta liittyy kumpaankin. Urheilulääketiede on todennut liikunnan monet sairauksia ehkäisevät vaikutukset. Liikunta lisää myös harrastajansa suorituskykyä.

Terveys voidaan myös ymmärtää laajasti kuvaamaan sitä elinvoimaisuuden ja ilon kokemusta, jonka liikunta ihmisessä synnyttää.² Terveyden projektiin tämä elinvoimaisuus liittyy silloin, kun liikkujia nimenomaan pyrkii tähän kokemukseen eikä hän liiku voiton tai muu toisen kautta määräytyvän merkityksen vuoksi. Elinvoimaisuuden kokemus ja "hyvänolon tunne" ovat hänen omia kokemuksiaan, jotka syntyvät hänen oman liikkeensä kautta. Tämä kokemus voi syntyä myös liikkujan kehon ja toisen kehon liikkeiden välisessä suhteessa, leikinomaisessa kisailussa, pelissä, jossa voiton tavoittelu ei vie liikkujien huomiota pois omasta kokemuksesta. Liikkuminen, jossa **leikkielementti** on läsnä, synnyttää mielihyvän ja ilon kokemuksia. Voiton projektiksi muuttunut liikunta ei synnytä vastaavia kokemuksia muille kuin voittajille.

TERVEYDEN PROJEKTI KENEN TAHANSA PROJEKTINA

Yhteiskunnassamme urheilijan kehoa käytetään terveyden symbolina. Tämä tulee hyvin esiin mainonnassa. Terveys tulee määritellyksi urheilullisuutena, kuntona.³ Eikä vain terveys, koko ihmisenä olemisessa on ajallemme tyypillistä suorituskyvyn korostus.

Urheilijan keho ei ole vain terveyden symboli, siitä on tullut myös muotivaate. Se muokataan edustuskuntoon kuntosaleilla ja rusketetaan solariumissa ennen kuin sen voi näyttää kesäisillä uimarannoilla. "Uimaranta on kaupungin (tai kaupunkilaisten) kesäinen sivunäyttämö, jolla ruumiin muoto ja ihon väri ovat osa asua", kirjoittaa Pasi Falk.⁴ On muotia käydä aerobicissa, on muotia olla

¹ Wachter 1988, s. 119.

² En tarkoita tällä sitä, että esimerkiksi masennuksen kokeminen olisi epätervettä. Päinvastoin. Käytän terveyden käsitettä tässä laajemmassa merkityksessä siksi, että liikuntaan liittyvä leikkielementti ja siihen liittyvät kokemukset on luontevaa ottaa esiin tässä projektissa, jota kutsun "terveyden projektiksi", ja joka eroaa voiton projektista siinä, että se on jo askeleen lähempänä varsinaista olemista.

³ Wachter 1988, s. 121.

⁴ Falk 1988, s. 156.

fit. Muodin luojat luovat muotiliikunnalle muotivaatteet. Yritykset rahoittavat työntekijöidensä liikuntaharrastuksia, maksavat heidän kuntosalimaksujaan, koska työntekijän suorituskyvyn lisä näkyy myös hänen työssään ja sen tuottavuudessa. Suuret urheilujärjestöt käyvät kuntoliikuntakamppanioita valtion tukemana, koska vähemmän sairastava ja vähemmän työstä poissa oleva ihminen aiheuttaa valtiolle vähemmän kuluja ja enemmän tuottoa.

Terveyden projektin päämäärä, terveys, määräytyy kulttuurisesti ainakin silloin, kun se määritellään positiivisesti suorituskyvynä, hyvänä kuntona. Sporttinen keho voi olla myös muodin vaatimus. Kummassakin tapauksessa liikkuja pyrkii hänen ulkopuoleltaan määrättyyn ideaaliin - ideaalikehoon. Tämä ideaali kulttuurisesti määrittyneenä on Kenen Tahansa ideaali. Kun lenkkeilijä lakkaa juoksemasta lenkkipolkua vain siksi, että muutkin juoksevat, ja etsii juoksulleen toisen päämäärän, esimerkiksi kokeakseen toisella tavalla luonnon tai itsensä, hänen projektinsa muuttuu ratkaisevalla tavalla.

Urheilullinen kehonideaali, niin kuin se tulee hyvin esiin mainonnassa, edustaa unelmaa: jatkuvaa nuoruuden, kuolemattomuuden ja absoluuttisen vapauden unelmaa. Se on unelma, joka tietoisesti unohtaa ihmisenä olemisen faktisuuden: vapauden rajallisuuden, jatkuvan vanhenemisen ja kuolemaa kohti olemisen. Kokonaisia teollisuuden haaroja on valjastettu pitämään yllä näitä harhakuvia. Mutta Kuka Tahansa, siis se mitä kaikki ovat ja mitä kukaan ei varsinaisesti ole, pakenee omaa rajallisuuttaan. Tämähän on Heideggerin perusidea. Kuka Tahansa pakenee omaa kuolemaa kohti olemistaan, unohtaa sen ja naamioi sen unelmilla. Urheilullinen, fit, atleettinen kehon ihanne on tämän ilmentymää silloin, kun määrittelijänä on muoti tai jokin yhtä epämääräinen Kenen Tahansa projekti. On selvää, että tasapainoinen ja terve keho on kaikkien itsen projektienkin yksi aspekti, mutta niissä tämä määrittely ei tapahdu Kenestä Tahansa, vaan siitä ihmiskäsityksestä, johon projektissa pohjaututaan. Kenen Tahansa "ihmiskäsitys" muuttuu muodin mukaan.

LIIKUNTA JA LEIKKI

Kun terveys nähdään kokemuksena elinvoimaisuudesta ja hyvästä olost, ei tällaista teveyden projektia voida pitää Kenen Tahansa projektina. Siirtyminen epävarsinaisesta olemisesta kohti varsinaista olemista voidaan nähdä prosessina, jossa on eri asteita. Heideggerin Ihmistä kuvaava termi "Dasein" viittaa tähän prosessiin. Jos ihmisen liikkuminen määräytyy siitä, että hän haluaa "pitää huolta itsestään"¹, on tämä lähtökohta nähtävä ennemmin itsen kuin Kenen Tahansa asettamaksi. Itsestä huolehtiminen voidaan nähdä monitasoisena: ihminen voi olla huolehtimatta itsestään, jolloin seurauksena voi olla esimerkiksi kehon lihasten veltostuminen, liikalihavuus jne.; ihminen voi pitää huolta kehostaan koneenomaisesti, tematisoida kehonsa koneena, jota pitää

¹ Tämä termi on peräisin antiikin kreikkalaisten harjoituksista. Michel Foucault tuo esiin artikkelissaan "Technologies of the Self" (1988), miten miten nämä "itsen teknologiat" kehittyivät antiikissa ja millaisia muotoja ne saivat hellenistisellä ja roomalaisella ajalla. Kuriositeettina mainittakoon, että Stoalaisilla *askesis* jakaantui kahteen harjoittelun muotoon: *melete* ja *gymnasia*. Melete tarkoittaa mielessä tapahtuvaa harjoittelua. Tällaista on esimerkiksi valmistautuminen puheeseen etukäteen miettimällä argumentteja. *Gymnasia* tarkoittaa harjoittelua todellisessa, vaikkakin keinotekoisesti aikaansaadussa, tilanteessa. Tällaisia harjoituksia olivat mm. erilaiset puhdistumisrituaalit, seksuaalinen pidättyvyys ja fyysinen rasitus. Rankoissa urheiluharjoituksissaan stoalaiset Foucault'n mukaan testasivat yksilöllistä riippumattomuuttaan ulkoisesta maailmasta.

trimmata, jotta se pystyisi tehokkaampiin suorituksiin; ihminen voi pitää huolta itsestään kokonaisuutena, jolloin hän pyrkii toteuttamaan koko olemisensa kokonaisuudessa varsinaista olemisen mahdollisuuttaan.

Liikunnassa, jossa leikkielementti on keskeinen, ihminen tutkii ja avaa kokemushorisonttiaan, jota kutsun "leikkiväksi kehoksi". Tarkastelen tätä kehollista kokemushorisonttia laajemmassa yhteydessä neljännessä luvussa. Jo tässä voin kuitenkin tehdä yleistä leikkielementin fenomenologista analyysiä, jotta saataisi esiin niitä kokemuksen rakenteita, joissa leikki¹ vaikuttaa. Liikunnassa, jossa leikkielementti on läsnä, on tiettyjä kokemuksellisia piirteitä, joista otan tässä esiin keskeisimpiä.

(i) *Ilo, mielihyvä*. Leikki synnyttää leikkijässä tunteen mielihyvystä ja ilosta.² Jos leikki muuttuu epämiellyttäväksi kokemukseksi, se lopetetaan. Se lakkaa olemasta leikkiä. Leikki on 'voimassa', sitä tehdään, niin kauan kuin päätös leikkiä on voimassa. Tämä päätös voidaan purkaa koska tahansa. Useasti leikki lopetetaan, kun se ei enää ole hauskaa. Kun esimerkiksi leikkinä aloitettu peli muuttuu vakavaksi kamppailuksi voitosta, se menettää leikkielementtinsä.

(ii) *Hyväntahtoisuus*. "Oikean leikin sävy on hyväntahtoinen."³ Hyväntahtoisuus tarkoittaa tässä sitä, että leikissä ei pyritä vahingoittamaan toista. Kun puhutaan urheilun leikkielementistä ja siitä, onko sellaista jäljellä urheilussa, varsinkin huippu-urheilussa, on hyväntahtoisuus aitoon leikkiin liittyvänä piirteenä hyvä kriteeri. Huippu-urheilija ei ole missään aidossa mielessä hyväntahtoinen vastustajaansa kohtaan. Joukkuepeleissä toisen vahingoittamiseen jopa pyritään. Jalkapallossa huippupelaaja pyritään 'eliminoimaan'. Voiton tärkeys on huippu-urheilussa ohittanut ihmisen huomioonottamisen näkökulman. Puhe *fair-play*stä on tosiasiaassa kuvausta urheilun kaksinaismoraalista. Esimerkiksi jääkiekossa mailaa voi käyttää lyömäaseena niin kauan kun tuomari ei sitä näe.

Hyväntahtoisuuteen liittyy leikkimielisyys, joka on vakavuuden vastakohta. Jos leikki muuttuu vakavaksi, se menettää myös nautittavuutensa.

(iii) *Vapaus*. Leikki luo oman maailmansa omine sääntöineen, joka eroaa leikin ulkopuolisesta maailmasta. "Leikkimaailma" on voimassa niin kauan kuin leikkijät niin haluavat. Kun leikki lakkaa, leikkimaailma katoaa ja leikkijät ovat jälleen jokapäiväisen elämänsä välttämättömyyksien vankeja. Leikkiin liittyvä vapauden kokemus liittyykin siihen, että leikissä irtaudutaan hetkeksi jokapäiväisen elämän faktisiteeteista. Leikissä leikkijät voivat toteuttaa sellaisia mahdollisuuksiaan, joita jokapäiväisessä elämässä ei ole mahdollista toteuttaa. Klaus V. Meier kirjoittaa tästä: "<...> leikin todellisuus, jos siihen osallistutaan avoimena, tarjoaa ilmeisiä mahdollisuuksia tutkia vaihtoehtoisia tietoisuuden olemisen tapoja, kehittää oivalluksia uusista ihmisenä olemisen tavoista

¹ On huomattava, että leikki ei sisällä mitään itsensä ulkopuolista päämäärää. Leikkiä leikitään leikin vuoksi; leikki ei ole välineellistä toimintaa. Leikki on tällöin tavallaan "oma projektinsa" ja siihen sisältyvä jonkin muun projektin, terveyden tai itsen, näkökulma on sekundaarinen. Ks. esim. Meier 1983, s 74 - 75.

² Kauppi 1990, s. 17.

³ Kauppi 1990, s. 17.

ja saada tietoa sellaisista; leikki tarjoaa perinpohjaisesti erilaisia mahdollisuuksia kuin mitä muualla on käsillä."¹

Leikkimaailmalla on oma rakenteensa: sillä on tietty kesto ja tietty paikkansa.² Peli voi alkaa pillin vihellyksellä ja päättyä pillin vihellykseen. Peli pelataan leikkikentällä, urheilukentällä tai pelipöydällä. Leikkimaailmassa toimimisella on omat sääntönsä, jotka määrävät, miten leikkimaailmassa tulee käyttäytyä. "Kohta kun sääntöjä rikotaan, leikkimaailma luhistuu. Leikki on lopussa", kirjoittaa Huizinga.³

Leikkimaailmassakin vapaus on vapautta toimia tietyissä puitteissa: leikkimaailma rakenteineen asettaa nämä puitteet. Leikkimaailman vapaus on kuitenkin erilaista vapautta kuin arkipäivän elämän vapaus. Se on vapautta unohtaa hetkeksi arkipäivän elämään liittyvät faktisiteettimme. Leikkimaailman faktisiteetit ovat fiktiivisiä siinä mielessä, että leikki voidaan lopettaa koska tahansa. Arkielämän faktisiteeteista ei voi hypätä syrjään. Leikkimaailmassa ihminen voi tavoitella sellaisia mahdollisuuksiaan, jotka ovat jokapäiväisten huolien ulkopuolella - eivät tosin täysin niiden saavuttamattomissa.

(iv) *Jännitys*. Kun leikki lähenee kilpailua, siihen liittyy jännitys.⁴ Kilpailutuloksen ratketessa jännitys purkautuu. Jännitys saa sitä suuremman merkityksen, mitä enemmän leikki saa kilpailun luonteen. Voi todeta, että *leikillä on sisäinen taipumus muuttua kilpailuksi*. Tämä johtuu Heideggerin kuvaamasta eksistentiaalisesta rakenteestamme: Kenen Tahansa vetovoimasta. Tämä vetovoima aiheuttaa Ihmisen putoamisen pois varsinaisesta olemisesta, jota leikkikin pyrkii lähestymään, kohti epävarsinaisuutta, joka leikissä aiheuttaa leikin muuttumisen kilpailuksi. Kilpailussahan keskeistä on voitto, joka määräytyy mittaamisen kautta. Mittaaminen ja etäisyyden ottaminen toisesta on jo edellä kuvattu Kenen Tahansa tapana olla maailmassa.⁵

Leikin muuttuminen joksikin muuksi kuin leikiksi ei ole selvärajainen ilmiö. Muutos on asteittaista ja hidasta. Aluksi leikiksi aiottu toiminta alkaa vähitellen vakavoitua ja voitto toisesta alkaa yhä enemmän muodostua osallistujien mielessä tärkeäksi kunnes lopulta kaikki pyrkivät vain kohti voittoa. Muutosta leikistä ei-leikiksi voi kuvata jatkumolla, jonka toisessa päässä on leikki, toisessa ei-leikki. Tämä jatkumo on epätasapainossa ei-leikin suuntaan siten, että sillä on suurempi vetovoima Ihmisiin kuin jatkumon toisella puolella. Tämä johtuu Ihmisen eksistentiaalisesta

¹ "<...> the realm of play, if participated in openly, offers obvious opportunities to explore alternative modes of awareness, to develop insights into and knowledge of new modes of being, and to explore radically different possibilities perhaps not readily available elsewhere." Meier 1983, s. 83.

² Huizinga 1984, s. 19.

³ Huizinga 1984, s. 21.

⁴ Huizinga 1984, s. 20.

⁵ Puhuessani leikin sisäisestä taipumuksesta muuttua kilpailuksi en tarkoita lapsen leikkiä. Lapsihan ei ole vielä omaksunut Kenen Tahansa olemisen tapaan liittyviä rakenteita, ja Heideggerin kuvaamaa epävarsinaisuuden vetovoimaa ei ole. Aikuinen sitävastoin on jo omaksunut Kenen Tahansa tavan olla maailmassa, johon mittaaminen ja kilpailu liittyy olennaisena osana. Vasta kun ihmiselle on muodostunut se kehollisen kokemuksen taso, jota kutsun neljännessä luvussa "Kenen Tahansa kehoksi" tai "ego-logiseksi kehoksi" käy leikkivän kehon mieleenpalauttaminen hänelle vaikeaksi. Tästä syystä ego-logiseen kehoonsa juuttunutta aikuista on vaikea saada leikkimään. "Leikkivä keho" edustaa kokemusta, joka on lähellä varsinaista itseä ja varsinaisen itsen tapaa olla maailmassa. Huippu-urheilussa tulee hyvin esiin ego-logisen kehon vetovoima, Kenen Tahansa vetovoima, siinä, että urheilussa ehkä alunperin leikkivistä kehoista on tullut ego-logiseen kehoon jähmettyneitä toisiaan vastaan hinnalla millä hyvänsä kamppailevia kehoja. Nämä pohdinnat saavat selvemmän paikkansa vasta neljännessä luvun tarkastelujen jälkeen.

rakenteesta ja Kenen Tahansa vetovoimasta, siitä ilmiöstä, jota Heidegger on kutsunut "lankeamiseksi" (*verfallen*).

Olen kuvannut tässä vain yhtä "leikkitapahtumaa". Mutta tämä tendenssi on nähtävissä yleisemminkin sellaisissa ilmiöissä kuten sählyssä, jossa aluksi leikkimieliseksi peliksi tarkoitettu toiminta muuttuu hiljalleen vakavaksi kilpaurheiluksi tyypillisine urheiluvammoineen.

(v) *Responsiivinen avoimuus ympäristölle*. Leikkiin liittyy tietynlainen tietoinen suhtautuminen ympäristöön, jota Meier kutsuu Hylandia mukaillen "responsiiviseksi avoimuudeksi ympäristölle".¹ Se on herkempää ympäristön ja tilanteen huomioonottamista kuin jokapäiväisessä elämässä. Tähän herkkyyteen liittyy myös kyky vastata nopeasti leikin asettamiin vaatimuksiin ja avoimiin mahdollisuuksiin. Leikkivä ihminen on yhtä toimintansa kanssa, hän on täysin läsnä siinä, mitä hän tekee. Jos hän ei olisi läsnä toiminnassaan, jos hän siis esimerkiksi ajattelisi tai suunnittelisi jotain leikille täysin vierasta asiaa, hän ei kykenisi vastaamaan leikin hänelle asettamiin vaatimuksiin. Olleessaan näin valmis ja avoin leikin toimintaan, ihminen voi yllättää itsensä luomassa täysin uutta, ihminen voi löytää itsestään sellaisia potentiaalejaan, joita hän ei tiennyt itsessään olevan.

Meier toteaa tällaisen leikin voivan olla vapauttava kokemus, jossa ihminen avaa ovia, jotka normaalisti pysyvät häneltä suljettuna, muuttaa totunnaisia havaitsemisen tapojaan, jossa ihminen kieltäytyy sietämästä rajoittavia olevan peittoja, ja jossa hän katsoo maailmaa ja sen olioita niiden alastomassa yksinkertaisuudessa ja paljastaa luovia ja uusia muutoksen prosesseja niin itsessään kuin toisissa.²

(vi) *Koetun kehon paljastuminen*. Leikin keskittynyt tietoisuus paljastaa leikkijälle myös hänen oman kehonsa elävyyden. Hän ei kohtele kehoaan esineen, objektin tavoin kuten voiton projektissa usein tapahtuu. Hän aistii itsensä elävänä, kokevana kehona, joka käy dialogia maailman kanssa. "'Elävä subjekti' ei ole vain aistittu vaan se myös aistii", kirjoittaa Meier.³

Leikkiin kuten liikuntaan yleensä liittyy luontainen vitaalisuuden, elinvoimaisuuden kokemus. Leikissä kehollinen kokemushorisontti tunkeutuu kokemuksessa päällimmäiseksi. Kehollinen kokemushorisontti on hyvin konkreettisella tavalla kokemusta ihmisessä ilmenevästä elämästä. Kehollisessa kokemuksessa elämän voi tuntea hyvin konkreettisella tavalla lihasten jännityksenä, kiihtyneenä hengityksenä, pulssin sykkeenä kaulavaltimossa.

Leikkiä varten kehoa ei tarvitse harjaannuttaa. Harjoitus helposti esineellistää. Esineellistetystä kehosta on riistetty sen ihmisyyden. Objektoitu keho on tietynlainen elävä ruumis, josta on riistetty sen omin olemisen tapa. Ihminen ei ole esine. Leikissä riittää, että ihminen on se, mikä hän on: Ihminen, joka leikissä, "leikkivän kehon kokemuksessa" lähenee varsinaisuutta olemisen mahdollisuutenaan.

(vii) *Kehon ja mielen harmonia*. Olen jättänyt viimeiseksi kohdaksi kokemuksen, jonka leikki myös saattaa synnyttää: kokemuksen, jossa keho ja mieli sulautuvat yhdeksi. Kun leikkijä keskittyy täysin siihen, mitä hän tekee, on avoin leikille, tulee yhdeksi leikin kanssa, hän saattaa kadottaa

¹ Meier 1983, s. 84.

² Meier 1983, s. 85.

³ "<...> the 'lived-subject' not only is sensed but also does the sensing." Meier 1983, s. 86.

oman yksilöllisen olemisensa rajat ja sulautua täysin siihen avoimuuteen, jona oleva ilmenee. Tässä tulee esiin leikin meditatiivinen elementti. Tämän elementtinsä kautta leikkikin voi olla tie kohti varsinaista olemista. Tähän leikin synnyttämään kokemukseen ymmärtääkseni viitataan silloin, kun puhutaan leikin ja uskonnollisten kokemusten ja uskonnollisten riittien suhteesta.¹

Olen tuonut tässä esiin ajatuksen, että liikuntaa ja urheilua voidaan tarkastella terveyden projektina. Olen määritellyt terveyden projektin niin, että tähän projektiin liittyvät myös kaikki ne liikkumisen tavat, joissa leikki on keskeisellä sijalla. Voiton projekti, jonka käytännöllisiä muotoja tulee esiin lähinnä huippu-urheilussa, on selvästi Kenen Tahansa projekti ja sellaisena heittää Ihmistä kohti epävarsinaista olemista. Olen pyrkinyt osoittamaan, että terveyden projektien joitakin muotoja on vaikea erottaa voiton projekteissa. Olen tarkastellut näiden terveyden projektien liittymistä Kenen Tahansa tapaan olla maailmassa ja siis epävarsinaisuuteen olemisen mahdollisuutena. Tarkastelemalla liikuntaan liittyvää leikkielementtiä olen pyrkinyt osoittamaan, että liikunta, kun leikkielementti on siinä läsnä, on yksi tapa irtautua Kenen Tahansa otteesta ja suuntautua kohti varsinaista olemista. Leikki joissakin ilmenemistavoissaan lähenee itsen projektia. Leikin pitäminen leikkinä ja sen estäminen muuttumasta voiton projektiksi vaatii Ihmiseltä tietoista ponnistusta kamppailla Kenen Tahansa vetovoimaa vastaan.

ILMAISUN PROJEKTI

Ilmaisun projektilla tarkoitan kaikkia niitä liikunnan muotoja, joissa kehoa käytetään ilmaisun välineenä ja keho ensisijassa myös ymmärretään ilmaisun kanavaksi. Eräät tanssin muodot, esim. sakraalinen tanssi, eivät pyrikään olemaan ilmaisua, ja näin ne liittyvät muihin projekteihin. Tässä ei voida myöskään rajoittua vain nk. taidetanssiin, sillä myös monet kansantanssit, esimerkiksi flamenco tai afrikkalainen tanssi, ilmaisevat voimakkaita tunteita.

Teen aluksi yleistä ilmaisun projektien fenomenologista analyysia. Sen avulla saadaan esiin tämän tyyppiseen liikkumiseen liittyviä kokemuksellisia rakenteita. Nämä kokemukselliset rakenteet voidaan sitten liittää Heideggerin ihmisen varsinaisen ja epävarsinaisen olemisen analyysiin.

Ilmaisun projekteissa tutkitaan ihmisen liikkeen mahdollisuuksia, avataan liikkuvuuden kenttää, mutta myös liikkeen ja tunteen välistä suhdetta. Tutkitaan sitä, miten keholla ja sen liikkeellä voi ilmaista erilaisia asioita. Tällaisia voivat olla esimerkiksi tunne, mutta myös älyllinen kannanotto, eettinen tai esteettinen kokemus.

Tanssin ja ilmaisun suhde ja ilmaisun käsite eivät ole ongelmattomia. Susanne K. Langer tuo tämän selvästi esiin kirjoituksissaan. Kun todetaan esimerkiksi, että tanssija ilmaisee vihan tai rakkauden tunnetta, on helppo ajautua väitteeseen, että tällöin tanssija itse on vihainen tai rakastunut. Näinhän ei yleisesti ottaen ole, vain sattunnaisesti. Ero tunteen ilmaisemisen ja

¹ Ks. Meier 1984, s. 87 - 89.

tuntemisen välillä on selvä. Langer toteaaakin, että tanssija ilmaisee "kuviteltua tunnetta".¹ Tanssista puhutaan paljon tunteen ilmaisuna, mutta kaikki, mitä tanssi ilmaisee ja voi ilmaista, ei ole tunnetta. Tanssi voi ilmaista mitä tahansa psyykkis-henkisen horisonttimme kokemusta. Näkökulma tanssista tunneilmaisuna on liian suppea.

Tanssin tutkijat, esim. Nelson Goodman, ovat analysoineet sitä, onko tanssin ilmaisussa kyseessä esimerkiksi eksemplifikaatio vai denotaatio.² Tämän tyyppiseen analyttiseen näkökulmaan en syvenny tässä, koska se ei ole olennainen seikka tanssijan tai katsojan kokemuksen kannalta.

TANSSIN KAKSI INTENTIONAALISTA PERUSTASOA

Kun puhun ilmaisun projektista, lähtökohtani on, että tähän projektiin liittyvän liikuntamuodon olemus, olennaisin olemisen tapa, on ilmaisu. Tanssijan liike pyrkii ilmaisemaan, välittämään katsojille jotakin. Tämä tilanne voidaan nähdä kehon intentionaalisuuden valossa. Siis siinä valossa, että keho on aina suhteessa johonkin. Ilmaisun projektissa tämä suhde on ilmaisu. On siis olemassa tanssijan keho, jonka ensisijainen intentionaalisuus tässä tilanteessa on ilmaisu. Tämä intentionaalinen suhde voidaan analysoida tarkemmin sen objektien perusteella. Tällaisia asioita voivat olla erilaiset tunteet (viha, rakkaus, mustasukkaisuus jne.), väitelauseet ("tuo mies on huijari"), tahdonilmaukset ("haluan tappaa hänet"), eettiset ("on väärin tuhota luontoa") tai esteettiset (luonnonyhteyden kokemus) kokemukset.

Tanssijan kehon, hänen "luonnollisen subjektinsa", alkuperäisintä intentionaalisuutta on hänen suhteensa koko maailmaan ja erityisesti hänen tilanteeseensa. Maailma on se tausta, jossa liike tapahtuu. Tämän maailman osa, tilanne, joka tanssijalle on tietty näyttämö, tietyt katsojat, tietyt tanssitoverit jne., asettaa faktiset rajat hänen ilmaisullisen intentionaalisuutensa toteutumiselle. Tilanne ei voi rajoittaa hänen intentionaalisten objektinsa luonnetta, mutta se rajoittaa niitä liikkumisen tapoja, joissa nämä objektit pyritään saattamaan ilmi. Näin tietty tanssi usein suunnitellaankin juuri tiettyyn ympäristöön. Tilanne ei vain rajoita vaan myös avaa mahdollisuuksia ilmaisun intentioiden esiintuomiselle. Esimerkiksi metsä tanssijan tilanteena avaa erilaisia mahdollisuuksia liikekielelle kuin näyttämö.

Voimme analysoida tanssijan intentionaalisen suhteen maailmaan eri tasoihin ja saada näin esiin hänen kokemuksensa eri ulottuvuudet. Näin saadaan esiin ne kokemukselliset tasot, joista tanssijan kokemus tanssiessa konstituoituu. Lähtökohtana on siis tanssijan perusintentionaalisuus: **suhde tanssija - maailma**, joka on ensisijaisesti tanssijan kehon ja maailman suhde. Tämä taso on yksi ulottuvuus, jota voidaan edelleen analysoida osiinsa. Toinen ulottuvuus on **tanssijan suhde kehollisena subjektina ideaan**, jota hän tanssiessaan intentoi. Tämä intentionaalinen objekti voi olla siis jokin tunne tms. Aloitan ensimmäisen tason analyysistä.

¹ Langer 1983, s. 31 - 33.

² Ks. Goodman 1983.

TANSSIJA - MAAILMA

Kun puhun tanssijasta, tarkoitan aina tanssijaa, joka tanssii jotakin teosta. Tätä tanssijan kokemusta analysoin. Yleisellä tasolla se on aina ilmaisullinen suhde maailmaan. Sen intentionaalisuus on siis ilmaisua. Tanssi tapahtuu aina jossakin (i) ympäristössä. Tanssin ympäristö on sen tilanteen yksi konkreettinen komponentti. Se voi olla näyttämö, piha, rautatieasema jne. Eri ilmaisun projekteissa, eri tanssin muodoissa, tulee esiin erilaisia tilanteita ja erilaisia faktisia ympäristöjä. Esimerkiksi klassinen baletti on hyvin sidottua näyttämöympäristöön, kun taas afrikkalainen tanssi voi tapahtua käytännöllisesti katsoen missä tahansa.

Tanssijan kannalta olennaisia ovat tilanteen komponenteista myös (ii) suhde yleisöön, (iii) suhde toisiin tanssijoihin, jos tanssija tanssii ryhmässä, (iv) suhde itseensä ja (v) suhde koreografiaan, (vi) suhde liikekieleen.

Tanssi voidaan nähdä tanssijan kehon tai paremminkin keho-subjektin dialogina maailman kanssa. Konkreettinen ympäristö on se faktinen perusta, jossa tämä dialogi tapahtuu. Tämä faktinen ympäristö asettaa tanssille tietyn taustan. Tätä taustaa voidaan luoda lavastein tai tanssi voidaan sijoittaa jo "valmiiseen" ympäristöön, vaikkapa kadulle. Tämä faktisen ympäristön valinta määrää myös tanssijan ja katsojien suhteen. Näyttämöympäristössä katsojat istuvat tietyssä suunnassa tietyllä etäisyydellä esiintyjistä, kun taas kadulla he eivät ole hallittavissa ja saattavat jopa osallistua tanssiin. Näin faktinen ympäristö määrää myös tässä suhteessa sen, millainen teoksesta, siis tanssista sen "valmistuttua", on tullut.

Tanssin tilanteen faktisuus määrää myös tanssin liikekieltä olemalla tanssijan liikkeen ja maailman välisen dialogin toinen osapuoli. Esimerkiksi luonnossa tanssiessa tässä dialogissa voi olla mukana kasvava puu, nurmikko, tori, rakennus tai auringon valo; kaikki elementtejä, joiden kanssa näyttämötanssi voi asettua vain symboliseen suhteeseen kulissien kautta. On tietysti sekä tanssijalle että katsojalle erilainen kokemus se, tanssiiko tanssija todellisen puun vai puuta kuvaavan lavasteen kanssa. Maailma ja maailman illuusio ovat erilaista faktisuutta. Tämän tyyppinen tanssijan tilanteen faktisuus asettaa omalla tavallaan myös sitä avoimuutta, jossa tanssijan ilmaisun intentionaalinen objekti voi liikkua. Toisin sanoen näyttämöllä keinovalossa tanssija ei voi ilmaista vaikkapa ihmisen suhdetta auringonvaloon samalla tavalla kuin auringon valossa tanssiessaan. Voisi ehkä todeta, että tanssin ympäristön faktinen "avoimuus" avaa myös tanssin ilmaisullisia mahdollisuuksia.

Tanssin tilanteita voidaan tarkastella myös niiden "kehysten" kautta, joissa tanssiteos ilmenee. Näyttämö on tila, jonka tehtävänä on luoda kehykset tapahtumalle. Yleensä näyttämö on valaistu alue, katsomo pimeä alue. Näin näyttämö tulee esiin elokuvakankaan tavoin tai kehyksissä olevan taulun tavoin. Tämä kehystämisen on D. M. Levinin mukaan yksi kulttuurimme historiallinen tapa pitää yllä subjekti-objekti dualismia¹: siis dualismia, joka erottaa näyttämötilan ja katsomotilan, esiintyjät ja katsojat, valoisan alueen ja pimeyden. Kehystämiseen liittyy yksi olemisen hahmottamisen tapa: subjekti-objekti dualismi sekä atomistisuus. Siinä suljetaan se olemisen kentän kokonaisuus, jonka toisiinsa kietoutuneita osia sekä katsoja että katsottu ovat.

¹ Levin 1988, 389.

Länsimaisessa kulttuurissa taidetanssi on perinteisesti rajattu tiettyssä, tanssia varten suunnitellussa tilassa tapahtuvaksi. Moderni tanssi rikkoo tätä perinnettä: tanssijat tulevat kaduille, rautatieasemille, supermarketeihin. Näin he tutkivat tanssin konkreettisen tilanteen laajentamisen vaikutusta tanssin vastaanottamiseen ja omiin kokemuksiinsa tanssista. He pyrkivät oletettavasti myös murtamaan taidetanssiin sisäänrakennettua subjekti-objekti dualismia.

TANSSI JA KATSE

Ilmaisun projektissa ilmaistaan aina jotakin toiselle, toiselle, joka katsoessaan pyrkii ymmärtämään sen, mitä ilmaistaan. Tanssija on esitystilanteessa katsottu, hänellä on yleisö. Katseen kautta avautuu kolme tanssijan olemisen tapaa: (i) hän katsoo, (ii) häntä katsotaan (iii) hän tunnistaa itsensä muiden katsomana.¹ Itse katseessa voidaan myös nähdä eri tasoja alistavasta, esineellistävästä katseesta sympaattiseen katseeseen asti. Katse, joka tanssijaan yleisöstä kohdistuu, on useanlainen: kriitikon katse on erilainen kuin "tavallisen" katsojan, jonka ei tarvitse analysoida ja käsitteellistää katsomaansa teosta.

Heidegger ilmaisee katseen eksistentiaalisen merkityksen toteamalla, että katse antaa olioiden, joihin sillä on pääsy, tulla kohdatuiksi paljaina, ilman peittoja, itsessään.² Tanssijakin on esiintyessään yleisön katseelle paljas. Mutta hän on paljas vain tanssijana. Se, millainen hän muuten on, ei paljastu katsojalle. Katseelle paljaana tanssijana hän ei voi peittää teknistä taitoaan tai tulkintakykyään. Kriittinen katse huomaa heti hänen horjahduksensa, hänen epäröintinsä. Mutta tanssija on katseelle paljaana myös siinä hyvin konkreettisesti merkityksessä, että hän ei voi piiloutua särkemättä koko tanssin illuusiota. Katseen perustava paljastava merkitys perustuu juuri siihen, että katseelta voi myös mennä piiloon.

Yksi paljaana olemisen taso tulee esiin siinä, miten tanssija paljastaa katsojille oman kehonsa, oman ihonsa; tekisi mieli käyttää Merleau-Pontyn ilmausta ja puhua lihasta. Tämän paljastamisen ääripäitä edustavat toisaalta tanssi alastomana ja toisaalta tanssi joksikin muuksi olioksi kuin ihmiseksi naamioituneena. Striptease-tanssija kuorii yltään vaatteet ja paljastaa ihonsa naamioituakseen esineeksi. Moderni tanssija saattaa pukeutua itseään suurempaan sukkaan, naamioitua pelkäksi jalaksi ja tuoda sen avulla esiin jotakin ihmisenä olemisesta.

Sartren katseen analyysin mukaan tanssija tulee yleisön katseessa esineeksi. Sartrellehan katseessa oleminen on yhtä kuin objektina oleminen.³ Sartren analyysi ei kuitenkaan osu hyvin kaikkiin niihin katseiden tapoihin, joita tanssija kohtaa. Sartren katseen analyysi osuu hyvin striptease-esityksen katsojaan, sekä myös siihen katsojaan, joka joutuu katsomaan työnsä vuoksi, joka itsekään joutuu esineellistämään itsensä ja katseensa ja myymään arvionsa. Sartre ei näe esimerkiksi sympaattisen katseen olemassaoloa. Sympaattiseksi katseeksi voisi kutsua sellaista katsetta, joka pyrkii eläytymään näkemäänsä, samaistumaan siihen, mitä katseessaan kohtaa. Tällainen katse ei esineellistä. Tanssin tai teatterin katsoja yleensä "antaa teoksen viedä mukanaan",

¹ EN, s. 298 -

² SZ, s. 147.

³ EN, s. 301.

antaa sen herättää itsessään niitä tuntemuksia, joita tanssija pyrkii hänessä herättämään. Tällöin katsojan katse on eläytyvä, sympaattinen.

Kriitikon katse on erilainen. Sitä voisi kuvata Sartren esineellistävällä katseella, koska kriitikko joutuu suhtautumaan katsottavaansa analyttisesti, kokonaisuutta pilkkovasti, saadakseen katsomastaan teoksesta jotakin sanottavaa. Kriitikon on käsitteellistettävä katseensa, kirjoitettava se työpanoksekseen, jonka hän myy edustamalleen medialle. Näin kriitikon katse välttämättä eroaa siitä katseesta, joka pyrkii vain esteettiseen nautintoon. Ammattikatsojana kriitikolla on myös erilainen esiymmärrys siitä, mitä hän katsoo. Tämän esiymmärryksen laatu määrää, miten hän kokemuksensa käsitteellistää ja miten monta analyysin tasoa hän kritiikissään saa esiin. Esiymmärrys "varustaa hänet katsomaan"¹.

Katsojan kokemus tanssista riippuu myös hänen omien kokemushorisonttinsa avoimuudesta. Ihmisillä "on samat tunteet, mutta he eroavat herkkyyden suhteen".² Tarkoitan kokemushorisontin avoimuudella tai sulkeutuneisuudella sitä, missä "laajuudessa" ihminen kokee vaikkapa tunteita. Hänen tunteeseen liittyvä kokemushorisonttinsa on suppea, jos hän kykenee kokemaan vain esimerkiksi negatiivisia tunteita.

Katsoja näkee tanssista vain yhden tason, fenomenaalisen tason, jossa tanssin muut kokemukselliset tasot pyrkivät esiin. Katseeseen liittyy myös tanssin moniulotteisuus. Taiteena tanssi ei ole kaksiulotteista, kuten maalaus- tai elokuvataide, vaan kolmiulotteista.

Ollessaan katseessa tanssija paljastaa vain objektiivisen kehonsa. Koetun kehon alueelle ulkopuolinen katse ei pysty tunkeutumaan. Siksi tanssin ilmaisun intentionaalinen objekti voi tulla ilmaistuksi vain objektikehon liikkein. Tässä prosessissa tanssin luoja, koreografi, joutuu itsekin objektiivomaan itsensä ja liikkeensä. Hän joutuu etsimään objektiivisia (siis objektikehon) keinoja ilmaista sisäisiä tuntemuksiaan, ajatuksiaan jne. Tästä johtuen koreografi joutuu teosta luodessaan olemaan oma yleisönsä. Tämä on mahdollista mm. peilin kautta. Peilin kautta hän voi asettua katsojan asemaan, katsoa itseään ja liikettään toisen silmin. Katsoessaan peilin kautta itseään hän välttämättä objektoi itsensä samassa mielessä kuin toisen katse aina objektoi, näkee vain objektiivisen kehon. Peilin kautta omia kasvojaan voi maalata kuin esinettä.

Katsoessaan peiliin ihminen on aina myös kokeva subjekti. Peilin kautta hän näkee itsensä objektina. Tässä tilanteessa on siis yhtäaikaista läsnäoleva subjektiivisuuden ja objektiivisuuden kokemus. Subjekti ja objekti kietoutuvat toisiinsa peiliin katsottaessa tavalla, joka muistuttaa tilannetta, jossa kosketamme omaa kättämme. Silloin emme voi olla yhtäaikaista tietoisia omasta subjektiivisuudestamme ja objektiivisuudestamme. Kun kohdistamme tietoisuutemme toiseen, toinen katoaa. Tanssija tutkiessaan liikettään peilissä on oma objektinsa, kääntäessään katseensa sisäänpäin ja etsiessään toista liikkeen tapaa hän liikkuu koetun kehonsa maailmassa. Näin koreografian syntyminen on kehää kiertävä prosessi, jossa liikutaan koetusta kehosta peilin kautta objektikehoon ja siitä takaisin koettuun kehoon, josta jälleen peilin kautta objektikehoon jne. Samalla tavalla koko teos voi muuttua esitystilanteessa. Tällöin peiliä vastaavat katsojien reaktiot.

¹ Martin 1983, s. 27.

² Noverre 1983, s. 13.

Heijastaessaan objektikehon liikkeen peili voi välittää siihen liittyvän intentionaalisen objektin (tunteen, ajatuksen tms.). Peili välittää sen toiselle, mutta ei tanssijalle itselleen. Jotta tanssija voisi peiliin katsoessaan itse kokea sen, mitä hänen tanssinsa katsojissa herättää, hänen pitäisi pystyä yhtäaikaan olemaan sekä itsensä katsoja että tanssija. Se on käytännössäkin mahdotonta, sillä hän ei näe peilistä itseään, kun hän on siihen selin. Sitäpaitsi hänen pitäisi pystyä erottamaan subjektiivisuutensa ja objektiivisuutensa toisiltaan. Näin ei fenomenologisen analyysin mukaan voida tehdä. Tanssija voi saada tämän palautteen vain toiselta. Tästä syystä koreografian luomisessa toisen (tanssijan) katse on koreografille tärkeä. Samaan ajatukseen perustuu kritiikin tärkeys. Tanssija ei voi "irrottaa itseään" teoksesta, jota hän tanssii, ja katsoa sitä toisen silmin. Näinhän ei ole esimerkiksi maalaustaiteen tai vaikkapa elokuvataiteen kohdalla, jossa teos valmistuttuaan on myös tekijänsä katsottavissa. Tämä taideteoksen olemisen tapa liittyy näyttämötaiteisiin.

Totesin alussa, että tanssija katsoo, on katsottu ja näkee itsensä toisen katsomana. Tanssija kokee yleisöön suuntaamansa katseen merkityksen voimakkaammin ennen ja jälkeen esityksen. Ennen esityksen alkamista hänen katseensa arvioi yleisön laadun. Esityksen jälkeen katse arvioi teoksen vastaanottoa. Tanssin aikana tällainen katse hajoittaisi esitystä. Se veisi tanssijan huomion itse tanssista. Tanssija joutuisi jo edellä kuvattuun ristiriitaiseen tilanteeseen, jossa hän tanssiessaan joutuisi esineellistämään itsensä. Tällainen itsen katsominen toisen silmin tanssin aikana estää liikkeen spontaanin synnyn, synnyttää jännityksiä ja haittaa esiintymistä.

Tanssija katsoo tietysti myös muita tanssijoita. Tämän katseen merkitys on tanssiteoksen muodon ylläpitämisessä, teoksen tanssijoiden keskinäisten liikkeiden suhteiden arvoinnissa.

Katseen kolmas taso, itsen näkeminen toisen silmin, ei liity vain fyysiseen katseeseen vaan ymmärtämiseen yleensä. Kun näen itseni toisen silmin, pyrin ymmärtämään, miten hän minut näkee. Kyseessä on siis oman toimintani reflektiivinen tarkastelu. Tanssijalle tämä reflektio avautuu kahdessa tasossa. Toisaalta hän kokee, kuinka hän tanssiessaan onnistui ja toisaalta toisten kritiikki näyttää hänelle, miten muut hänen tanssinsa kokivat. Kritiikki avaa hänelle pääsyn siihen, miten toinen käsitteellistää kokemuksen, jonka toinen on tanssiteoksesta saanut. Toisen kokemukseen itseensä ei ole mitään tietä. Käyttäessäni sanaa "kritiikki", tarkoitan kaikkia niitä kommentteja, joita tanssija toisilta tanssistaan saa.

Sellaiset kokemukset kuten epäonnistumisen tunne, häpeä jne. liittyvät juuri tähän eksistentiaaliseen rakenteeseen, siis itsen näkemiseen toisen katsomana. Sartre osoittaa *L'êtré et néant* -teoksessaan, miten häpeän tunne voi syntyä vain siitä tietoisuudesta, että on toisen katsoma. Samoin on laita epäonnistumisen tunteen ollessa kyseessä. Reflektio paljastaa tanssijalle, että hän epäonnistui tai onnistui toisten edessä. Onnistumisen kokemus synnyttää sen eksistentiaalisen peruskokemuksen, jota Heidegger kutsuu iloksi.¹

ILMAISUN INTENTIONAALISEN OBJEKTIN LUONNE

¹ SZ, s. 310.

Tanssiessaan tanssija on suhteessa maailmaan. Joitakin tämän suhteen tasoja toin esiin edellä. Tanssija on suhteessa myös siihen, mitä hän tanssii, siis mitä hän pyrkii tanssillaan ilmaisemaan, jos mitään, siihen, miten tanssija tanssii, siis millaisia keinoja, liikekieltä käyttäen hän pyrkii päämääräänsä.

Tanssissa psyykkis-henkiset kokemushorisontit ja keholliset kokemushorisontit asetetaan vastakkain hyvin omalaatuisella tavalla. Tanssin ilmaisullinen "onnistuminen" riippuu siitä, miten hyvin tässä vastakkainasettelussa onnistutaan. Valéry puhuu tanssijan "sisäisestä elämästä".¹ Tanssijan sisäisellä elämällä voisi tarkoittaa juuri sitä eletyn kehon kokemusta, jonka hän tanssiessaan kokee. Koska tanssiteoksen muodostumiseen vaikuttavat hyvin monet tekijät - tanssija, koreografia, yleisö, kriitikko, ympäristö - yksinkertaistan ja tarkastelen nyt tanssimista tanssija-koreografin näkökulmasta.

Otin edellä esiin psyykkis-henkisen ja kehollisen kokemushorisonttimme, ja jaoin ne vielä useisiin erilaisiin tasoihin. Psyykkis-henkisiä kokemuksellisia tasojamme, siis horisonttejamme, ovat esimerkiksi eettiset, esteettiset, älylliset, tunteisiin tai tahtoon liittyvät kokemuksemme. Ne ovat aitoja kokemuksellisia tasojamme siksi, että ne eivät ole redusoitavissa toisikseen.

Luodessaan tanssiteosta tanssija pyrkii ilmaisemaan jonkin tai joitakin näihin kokemuksellisiin tasoihinsa liittyviä sisältöjä, jotka hän asettaa tanssinsa intentionaaliseksi objektiksi. Tämän objektin ei välttämättä tarvitse olla käsitteellistettävissä siinä mielessä, että kykenisimme aina käsitteellistämään kokemuksiamme, erityisesti syvimpiä kokemuksiamme. Jos tanssi tietoisesti pyrkii ilmaisemaan jotakin, sen rakenne syntyy tästä lähtökohdasta. Edellä sanottu ei päde, mikäli tanssi ei pyri minkäänlaiseen ilmaisuun, ja lähtee vain erilaisten liikkeiden ja asentojen kokeilusta. Tällöin mitään tietoista ilmaisullista sanomaa ei ole, ja jos sellainen nähdään, se on syntynyt sattumalta.

Tanssija-koreografin tehtävänä on asettaa kehollinen kokemuksensa liikkeestä sopusointuun sen intentionaalisen objektin kanssa. Koska tanssija voi pyrkiä ilmaisemaan mitä tahansa psyykkis-henkisen kokemushorisonttinsa tasoja ja useita niistä yhtäaikaan, voi tanssin intentionaalinen objektikin olla moninainen: esimerkiksi älyllinen, eettinen, esteettinen, uskonnollinen tai tunnekokemus. Mikä tahansa näistä voi olla tanssijan "sisäisen elämän" lähtökohta.

Psyykkis-henkisen kokemuksen "kääntäminen" keholliseksi kokemukseksi on jokapäiväinen tapahtuma, joka tanssissa otetaan tietoiseen käsittelyyn. Vihastuessamme lyömme nyrkillä pöytään. Tässä kokemuksesta tulee esiin spontaani vihan tunteen ilmaisu: fyysisen voiman tunne ja nyrkin isku. Tanssissa kokemuksesta ja siihen liittyvästä liikkeestä puretaan sen spontaanius ja luodaan uusi "spontaani" ilmaus.

Tanssin liikkeen ja sen intentionaalisen objektin sopusointuun asettaminen tapahtuu yleensä traditioon liittyvän liikekielen puitteissa: klassinen baletti ilmaisee esimerkiksi rakkauden tunnetta eri tavalla kuin afrikkalainen tanssi. Voi tietysti asettaa kysymyksen, miten eri traditioissa tässä onnistutaan ja onnistuuko jokin traditio paremmin silloin, kun tanssija pyrkii ilmaisemaan jotakin

¹ "An inner life." Valéry 1983, s. 62.

tiettyä intentionaalista objektia. Tanssin ilmaisun rikkaus riippuu käytettävän liikekielen rikkaudesta.¹

Jos tanssi syntyy liikekokeilusta, sen intentionaalinen objekti asetetaan vasta myöhemmin, käsiohjelmissa ja kritiikeissä. Silloin keskustelu siitä, miten tanssi onnistuu ilmaisemaan jotakin, ei ole kohdallista, koska se ei pyrikään ilmaisemaan mitään. Tanssin intentionaalisen objektin luominen jätetään katsojalle itselleen, jolloin jokainen tulkinta tanssin merkityksestä on yhtä onnistunut. Myös tässä tulkinnassa katsojan esiymmärrys on tärkeä.

Toisaalta voi tietysti tapahtua niinkin, että liikekokeilu synnyttää tanssijassa sellaisia merkittäviä kokemuksia, jotka hän haluaa välittää katsojilleen. Tällöin tanssin intentionaalinen objekti syntyy liikkeestä ja sen kehollisesta kokemuksesta: ilmaisun intentionaalinen objekti kehittyy tai asettuu sen prosessin aikana, jona tanssiteos syntyy.

TANSSIN LIIKEKIELI JA SEN HARJOITTELU

Tanssin perusta on ilmaisuvoimainen keho. Kehon ilmaisuvoima kanavoidaan esimerkiksi klassisessa baletissa suhteellisen täsmälliseen liikekieleen. Eri tanssin perinteissä tanssin intentionaalinen objekti pyritään tuomaan esiin erilaisten liikekielten avulla. Näiden liikekielten fenomenologisella analyysillä on mahdollista paljastaa niiden rakenne: klassisen baletin liikkeiden pyrkimys ilmavuuteen ja painovoiman ihmiselle asettamien kahleiden rikkomiseen, modernin tanssin juurtuminen maahan ja painovoiman kahleiden hyväksyminen jne.

Tanssin liikekielen omaksuminen vaatii tanssijalta harjoitusta. Tämä pätee miltei kaikkiin liikunnan projektien liikkumisen tapoihin. Kehon harjoitus voidaan nähdä kehon liikkuvuuden kentän tietoisena laajentamisena. Liikkuvuutemme kenttä on aina tietyn laajuinen. Se riippuu notkeudestamme, voimastamme, kehomme harjaantuneisuudesta jne. Erilaiset kehon harjoitukset laajentavat liikkuvuutemme kenttää eri suuntiin, avaavat liikkumisemme mahdollisuuksia. Harjaantumattoman kehon liikkeen avoimuus rajoittuu jokapäiväisissä askareissa tarvittaviin liikkumisen muotoihin: istumiseen, kävelemiseen, juoksemiseen, kädenvääntämiseen tai pitkällään lojumiseen. Tanssijan harjoittelu tähtää kehon oman liikkumisen mahdollisuuksien avaamiseen: klassisen baletin liikekieli pyrkii laajentamaan tanssijan liikkumisen kenttää siten, että hänen liikkeensä näyttää olevan miltei riippumaton painovoimasta: hyyt ja käsien ilmavat liikeradat synnyttävät katsojissa liikkeen keveyden harhan.² Joissakin modernin tanssin liikekielissä pyritään juurtumaan maahan. Monissa urheilulajeissa liikkumisen kenttää pyritään laajentamaan jonkin välineen käsittelyyn sopivaksi. Tanssijan tärkein väline on kuitenkin hänen oma kehonsa.

Tanssijan suhde tanssin liikekieleen on monitasoinen. Ainakin seuraavat tasot voi ottaa esiin: tanssija tanssii toisen luomaa koreografiaa; tanssija tanssii omaa koreografiaansa; tanssija tanssii teosta, jossa erityisesti hänen liikkumisen mahdollisuutensa on otettu huomioon; tanssija tanssii hänelle outoa liikekieltä; tanssija tanssii tuttua liikekieltä. Kaikki nämä tasot voivat tulla esiin

¹ Cohen 1983, s. 20.

² Ks. esim. Levin 1983, s. 123.

varsinkin modernissa tanssissa, jossa liikekieli ei ole kaavamainen, vaan jossa voidaan käyttää esimerkiksi lihavaa tanssijaa ja luoda hänelle hänen kehollisen sopiva koreografia. Tanssijan ja liikekielen suhde on yksi sellainen kokemuksellinen tanssin taso, joka määrää tanssiteoksen lopullisen muodon. Tanssijan kokemuksen kannalta ei ole yhdentekevää tanssiiko hän esimerkiksi omaa vai toisen luomaa koreografiaa. Oma koreografia tanssiessaan hänen suhteensa liikkeen muotoon on vapaampi, koska hän itse kontrolloi liikettään, voi halutessaan muuttaa sen muotoa joutumatta vastaamaan tästä tanssin koreografille. Oma koreografiaansa tanssiva tanssija on teoksen primääri lähde samalla tavalla kuin oma sävellystään soittava muusikko.

Koreografi pyrkii "kääntämään" oman psyykkis-henkisen kokemushorisonttinsa jonkin tai joitakin sisältöjä keholliseksi kokemukseksi liikkeen välityksellä. Koska kahdella ihmisellä ei voi olla täsmälleen samaa liikekokemusta, ei koreografikaan voi koskaan täsmällisesti välittää sitä, miten hän haluaa jonkin liikkeen tehtäväksi. Tanssiessaan toisen koreografiaa tanssija ei pyri vain liikkeen mekaaniseen jäljittelemiseen. Hän pyrkii liikkeeseen, jonka kehollinen kokemus vastaa koreografian kehollista kokemusta. Jotta tämä olisi saumattomasti mahdollista, sekä tanssijan että koreografian kehojen tulisi olla niin historialtaan kuin rakenteeltaankin identtisiä. Sellaisiahan ne eivät ole. Tätä ongelmaa ei synny, kun tanssija tanssii omaa teostaan.

Tämän problematiikan yksi taso on se, miten tanssiteos onnistuu välittämään katsojille koreografian kokemuksen. Jos tanssija tanssii toisen koreografiaa, katsoja näkee tulkinnan, josta hän tekee oman tulkintansa. Tanssijan ja koreografian ollessa sama jää tästä ketjusta yksi välittävä lenkki pois. Tämä kysymys on sama, joka tulee esiin keskustelussa siitä, pitäisikö tanssikriitikon olla myös itse tanssija. Tanssivalla kriitikolla on oma kokemuksensa tanssista, joka esiymmärryksen tasolla on tanssiteoksen ymmärtämisen kannalta kohdallisempi kuin kriitikolla, jolla tällaista kehollista esiymmärrystä ei ole. Tanssimisen mukanaan tuoma kehollinen kokemus avaa tanssia harrastavalle kriitikolle paremman tien siihen tanssijan kokemukseen, josta tanssin ulkoinen muoto pyrkii kertomaan. Tämä kokemus itsessään pysyy tietysti suljettuna, mutta liike sen ilmaisumuotona voi tulla näin paremmin ymmärretyksi.

ILMAISUN SUHDE VARSINAISEEN OLEMISEEN

Tanssija tutkii tanssiessaan itseään. Pyrkiessään ilmaisemaan jotakin hän joutuu katsomaan läheltä toisaalta omaa kokemustaan kehostaan ja toisaalta niitä psyykkis-henkisiä kokemuksiaan, joita hän tanssiessaan haluaa ilmaista. Tutkiessaan kokemushorisonttejaan hän laajentaa, aukaisee niitä. Hän tutkii hyvin konkreettisesti tavalla psyykkisen ja fyysisen välistä suhdetta, suhdetta, jota filosofiassa pidetään usein ratkaisemattomana. Tanssija joutuu ratkaisemaan tämän ongelman omassa kokemuksessaan kääntäessään psyykkis-henkisen kokemuksensa liikkeen kielelle. Tanssiessa liike saattaa myös synnyttää kokemuksen, jossa psyykkis-henkisen ja kehollisen kokemushorisontti yhtyvät, jolloin kokemuksena on henkisyiden kehollisuus ja kehollisuuden henkisyys. Tämä kokemus on kaiken tanssin syntykokemus. Siinä henki muuttuu lihaksi - liha hengeksi.

Ihminen on Heideggerin filosofiassa prosessi, jossa epävarsinaisuus ja varsinaisuus toteutuvat. Epävarsinaisuudesta varsinaisuuteen siirtyminen on prosessi, joka sisältää erilaisia asteita. Kun

tanssija pyrkii ilmaisemaan itseään, psyykkis-henkisen kokemushorisonttinsa joitakin tasoja, ei tämä ilmaisu ole puhtaasti Kenen Tahansa määräämää, vaikka tanssija tanssisikin toisen luomaa koreografiaa. Oma koreografiaa tanssiessaan tanssija määrää liikkumisensa tavan itse. Ilmaisun projektissa ei mitata itseä toisiin, koska mitään voittoa ei ilmaisussa ole. Epävarsinaisen olemisen olennaisimmat tunnusmerkit, Kenen Tahansa kautta määräytyminen ja mittaaminen siis puuttuvat ilmaisun projektissa. Tämä ei kuitenkaan tee ilmaisusta itsen projektia. Toiminta, jossa ihminen ilmaisee jotakin ja toiminta, jossa ihminen tutkii mahdollisuuttaan olla varsinaisella tavalla, ovat luonteeltaan erilaisia. Ilmaisun projekti on kuitenkin lähempänä itsen projektia kuin esimerkiksi voiton projekti. Sakraalinen tanssi ilmaisullisenkin tanssin alkumuotona on puhdas itsen projekti. Jos tanssija palaa näille juurilleen, jolloin hänen "henkensä muuttuu lihaksi - lihansa hengeksi", tanssista voi tulla hänelle tie, jota pitkin edetä kohti varsinaista itseä.

ITSEN PROJEKTI

Itsen projekteilla viitataan kaikkiin niihin liikunnallisiin traditioihin, joiden avulla ihminen tutkii itseään. Länsimainen liikunta on yleensä hahmotettu voiton tai terveyden tavoitteluna tai ilmaisuna. Vasta sen jälkeen, kun monet Intian, Kiinan ja Japanin perinteiset liikuntamuodot ovat tulleet lännestä tunnetuiksi, myös perinteiset länsimaiset liikuntamuodot ovat saaneet itämaista väriä siinä mielessä, että on pyritty näkemään liikunta keinona tutkia itseä - siis syvällisemmässä mielessä kuin vain ihmisen fyysisen suorituskyvyn rajojen tutkimisena.¹ Toisaalta on syntynyt myös ajatus käyttää itämaisia rentoutus- ja meditaatiotekniikoita, esimerkiksi joogaa, urheilijoiden valmennuksessa.² Nämä idän perinteet ovat vaikuttaneet paljon myös modernin tanssin ajatteluun ja liikekieleen.

Liikunnallisia itsen projekteja ovat esimerkiksi *jooga*, *taizi*, *budo*-lajit, mutta myös *dervissien tanssi* tai steineriläinen *eurytmia*. Itsen projekteihin liittyy aina myös artikuloitu filosofinen esiymmärrys harjoituksen merkityksestä ihmisen elämän kokonaisuudessa. Tämän esiymmärryksen voi tulkita yhtenäisesti Heideggerin filosofian avulla. Väitteeni on, että itsen projekteissa harjoituksen avulla pyritään herättämään harrastajassa tietoisuus hänen olemisen mahdollisuuksistaan niin, että hän pyrkii saattamaan itsestään esiin sen, mitä Heidegger kutsuu varsinaiseksi itseksi. Eri itsen projektit pyrkivät tähän eri tavoin, määrittelevät "lopputuloksen" eri käsittein, mutta toteuttavat ontologisesti Heideggerin kuvaamaa Ihmisen perusrakenneta; liikunnan merkitys on ihmisen 'varsinaistaminen'.³

Otan esimerkianalyysini kohteeksi ne yhteen liittyvät itsen projektit, joiden käsitteellinen esiymmärrys pohjautuu zen-filosofiaan, nimittäin *budo*-lajit⁴. Niistä käsittelem erityisesti *kyudoa*, eli

¹ Ks. esim. Moegling 1987 ja 1988; Murphy 1982; Case 1984.

² Ks. esim. Siersch 1988.

³ Levinasin filosofian kautta saman voi ilmaista toteamalla, että itsen projekteissa pyritään murtamaan totaliteetti ja avaamaan kosketuspinta transsendenttiin. Itsen projekteissa liike voi näyttää transsendentin jäljen.

⁴ Budo-lajeiksi luetaan joukko sellaisiakin historiallisesti nuorempia japanilaisia kamppailutaitoja, joiden yhteys zen-filosofiaan ei ole itsestään selvä (esim. *judo*, *aikido*, *karate-do*). En käsittele tässä näiden lajien historiallisia ja filosofisia eroja. Jousiammunnan taito ja miekkailutaito vanhimpina japanilaisina kamppailulajeina pohjautuvat zen-

jousiammunnan tietä. Kyudoa käsittelen sen vuoksi, että kyudoa on valmiiksi tulkittu eurooppalaisessa kirjallisuudessa: että Eugen Herrigelin kirja *Zen ja jousella-ampumisen taito*¹ kuvaa perusteellisesti tämän taidon oppimista ja opettamista.

Argumentointini etenee yhdentoista käsitteen kautta, jotka ovat keskeisiä sekä zen-taidoissa että Heideggerilla. Samalla tulee karkeasti kuvatuksi se prosessi, jota zenissä kutsutaan todellisen itsen löytämiseksi ja jota Heidegger kutsuu ontologiassaan tulemiseksi varsinaiseksi itseksi. Lähtökohtanani argumentoinnissani on ajatus, että sekä Heideggerin filosofiassa että zenin perinteessä kuvataan samoja tai ainakin samankaltaisia peruskokemuksia.² Kokemusten tulkinnassa käytettyjen käsitteiden samankaltaisuus viittaa tähän.

TIE - DO - WEG

Zeniin perustuvia harjoitusmenetelmiä kutsutaan teiksi, *do*, kiinaksi *tao*. Teitä ovat *kyudo*, jousella-ampumisen tie; *kendo*, miekkailun tie; *iaido*, miekanvetämisen tie; *karate-do*, tyhjän käden tie; *judo*, pehmeä tie; mutta myös *chado*, teen tie; *kado*, kukkienasettelun tie jne. Itsen tutkiminen nähdään zenissä tien kulkemisena, tien, jota kuljetaan jokapäiväisessä elämässä. Tietä kuljetaan jatkuvasti ja perille pääsy, todellisen itsen luonteen oivaltaminen saattaa antaa odottaa itseään koko elämän ajan. Etsiminen on zenissä jatkuvaa tiellä oloa, kulkemista.

Tien kulkemisessa voidaan käyttää apuvälineitä. Näin kulkeminen käy helpommaksi. Apuvälineitä voivat olla miekka, teeasiat tai jousi ja nuoli jne. Herrigel kirjoittaa: "Jousi ja nuoli ovat vain ikään kuin tekosyy jollekin sellaiselle, joka voisi tapahtua myös ilman niitä. Ne ovat vain päämäärään johtava tie, eivät itse päämäärä, ne ovat vain apuneuvoja viimeistä ratkaisevaa ponnahdusta varten."³ Tässä tulee esiin se Herrigelin näkemys, että taiteisiin ja taitoihin liittyvät zenin tiet ovat zenin opiskelussa eräänlaisia esikouluja, jotka luovat pohjaa, valmistavat oppilasta etenemään kohti tien syvällisempiä harjoituksia. Taitoihin liittyvä intuitio kattaa vain taidon alueen, eikä koko elämää, mihin zen tähtää. Herrigel toteaa taitojen olevan tien "zeniin johtavalle tielle".⁴

Tie on jotakin, joka jokaisen on itse kuljettava. Kukaan ei voi kulkea sitä toisen puolesta. Näin opettajakin voi vain osoittaa tien. Herrigel kirjoittaa tästä: "Tuskin hän [opettaja] on näyttänyt oppilaalle oikean tien, kun hänen jo täytyy antaa oppilaan jatkaa yksin. Vain yksi asia hänen on vielä tehtävä, jotta oppilas kestäisi yksinäisyyden: opettaja irrottaa oppilaan itsestään, mestarista,

filosofiaan. Tämä tulee hyvin esiin Herrigelin kirjasta. Zenin ja miekkailutaidon suhteesta ks. esimerkiksi Suzuki 1973b, s.89 - 214.

¹ Herrigel 1957.

² Ks. Krohn 1989, s. 197 - 198, jossa hän kirjoittaa eri perinteistä löydettäviin analogioihin viitaten: "Silti analogioilla on mielenkiintonsa. Ne eivät ainoastaan saata viitata käytettyjen termien syntyhistoriaan, vaan samankaltaisesta peruskokemuksesta tehtyihin vastaaviksi katsottaviin tulkintoihin. Vastaavuus saattaa siten osaltaan vahvistaa tulkintojen todennäköistä oikeellisuutta."

³ Herrigel-sitaattien suomennokset ovat Margareta Sipolan. "Bogen und Pfeil sind Gleichsam nur ein Vorwand für etwas, was sich auch ohne sie ereignen könnte, nur der Weg zu einem Ziel, nicht das Ziel selbst, nur Hilfen für den letzten entscheidenden Sprung." Herrigel 1957, s. 16.

⁴ "Weg zum Wege des Zen", Herrigel 1957, s 21.

sydämellisesti, kehottaen tätä kulkemaan pidemmälle kuin hän itse ja 'nousemaan opettajan olkapäille'.¹

Tie on pitkä. Sitä ei voi kulkea hätäisesti. Niin kuin Herrigelin opettaja mestari Awa toteaa: "Tietä päämäärään <...> ei voida mitata. Mitä merkitsevät viikot tai kuukaudet tai vuodet?"²

Heideggerin ajatus filosofiasta, siis viisauden etsimisestä, tienä on tuttu. Hän käyttääkin monessa yhteydessä tien (*der Weg*) käsitettä. Joka lukee *Sein und Zeitin* huolella ja kohtaa varsinaisuuden ja epävarsinaisuuden olemisen mahdollisuuksinaan, astuu itsen tutkimisen tielle hyvin zeniläisessä merkityksessä. Heidegger itse toteaa *Sein und Zeitin* loppusivuilla näin: "On etsittävä tie, jonka avulla voi luoda valoa ontologiseen peruskysymykseen ja sitä tietä on kuljettava. Onko se sitten ainoa tai ylipäätään oikea tie, sen voi päättää vasta kuljettuaan sen."³ Vuonna 1936 hän kirjoitti eksplisiittisesti: "*Sein und Zeit* on tie eikä suojapaikka. Hänen, joka ei pysty kävelemään, ei tulisi turvautuakaan siihen."⁴

Itämainen ajattelu ei ollut vierasta Heideggerille. Hän työskenteli 1940- luvulla kiinalaisen professori Hsiao'n kanssa kääntääkseen Tao-te-chingin saksaksi.⁵ Siksi ei olekaan ihme, että hän kirjassaan *Unterwegs zur Sprache* puhuu eksplisiittisesti *taosta*, siis tiestä ja sen kulkemisesta. Zenissä *tao* ei kuvaa vain matkalla oloa, vaan myös sitä päämäärää, johon tien katsotaan johtavan: siis *taon* luonteen ymmärrykseen. Tässä toisessa merkityksessä *tao* tarkoittaa perimmäistä todellisuutta ja sen prosessiluonnetta.⁶

Heidegger kirjoittaa: "Luultavasti sana tie on kielen alkusana, joka puhuttelee ajattelevaa ihmistä. Laotsen runollisen ajattelun johtosana on tao ja varsinaisesti se tarkoittaa tietä. Koska tie kuitenkin helposti kuvitellaan kahden paikan yhdistäväksi matkaksi, on sanamme Weg hätäisesti katsottu sopimattomaksi ilmaisemaan sitä, mitä tao tarkoittaa. Tao käännetään sitävastoin järjeksi, hengeksi, mieleksi, logokseksi. Kuitenkin tao voisi olla se kaiken liikkeen alkuunpaneva tie, jonka perustalla vasta kykenemme ajattelemaan ja jota järki, henki, mieli, logos varsinaisesti - siis omasta olemuksestaan - tahtovat sanoa. Ehkä sanassa tie, Tao, on piiloutuneena ajattelevan puheen salaisuuksien salaisuus, jos annamme tai kykenemme antamaan tämän nimen palata takaisin siihen, minkä se jättää sanomatta."⁷ Ja hetken päästä Heidegger toteaa: "Kaikki on tietä."¹

¹ "Er muss den Schüler, kaum hat er ihm den rechten Weg gewiesen, allein weitergehen lassen. Nur eines hat er noch zu tun, damit der Schüler die Einsamkeit bestehe: er löst ihn von sich selbst, vom Meister, los, indem er ihn herzlich ermahnt, weiter zu kommen als er selbst und 'auf des Lehrers Schultern zu steigen'. Herrigel 1957, s. 58 - 59.

² "Der Weg zum Ziel <...> ist nicht auszumessen, was bedeuten da Wochen, Monate, Jahre?" Herrigel 1957, s. 64.

³ "Es gilt, einen Weg zur Aufhellung der ontologischen Fundamentalfrage zu suchen und zu gehen. Ob er der *einzig*e oder überhaupt der *rechte* ist, das kann erst *nach dem Gang* entschieden werden." SZ, s.437.

⁴ "*Being and Time* is a way and not a shelter. Whoever cannot walk should not take refuge in it." Schelling (1936). Sitaatti: Parkes 1987b, s. 106.

⁵ Ks. Hsiao 1987.

⁶ Sasaki selittää *taon* merkitystä näin: "The Chinese word *tao*, in Japanese *do*, is one of several terms which the early Chinese Buddhists took over from Taoism. In Chinese Buddhism the term *tao* sometimes means 'the Way', that is, the Eightfold Path of the Buddha, or the 'way' leading to enlightenment; sometimes it means enlightenment itself, sometimes Nirvana. In Zen, however, its meaning is more closely akin to that in Taoism; it is the Absolute, the Ultimate Principle, Truth, Reason, the indescribable source of all existence and all manifested phenomena." Miura & Sasaki 1965, xv.

⁷ "Vermutlich ist das Wort 'Weg' ein Urwort der Sprache, das sich dem sinnenden Menschen zuspricht. Das Leitwort im dichtenden Denken des Laotse lautet Tao und bedeutet 'eigentlich' Weg. Weil man jedoch den Weg leicht nur äusserlich vorsellt als die Verbindungstrecke zwischen zwei Orten, hat man in der Übereilung unser Wort 'Weg' für

Sen, minkä *tao* jättää sanomatta, mitä se ei kykenekään ilmaisemaan, on se mitä zenin mukaan ei voikaan sanoa ilmaista. "Gelassenheit" -teoksessa totuuden etsiminen tiellä tai polulla kulkemisena tulee myös esiin. Yksi keskustelijoista kysyy: "Minne tämä outo tie johtaa <...>?", ja saa vastaukseksi: "Minne muualle kuin olevaan, johon nähden silleenjättäminenkin on sitä mitä se on."²

MEDITATIIVINEN AJATTELU

"Gelassenheit" -teoksessa Heidegger toteaa länsimaisen ihmisen unohtaneen meditatiivisen ajattelun ja painottavan vain laskevaa ajattelua. Meditatiivinen ajattelu lähestyy olevaa kokonaisuutena eikä valmiiden ajatuskategorioiden avulla.³ Vain niin voidaan Heideggerin mukaan "avautua salaisuudelle".

Zenin meditatiivisuus pyrkii samaan kokemukseen kuin Heideggerin meditatiivinen ajattelu. Zen pohjautuu kiinankielen sanaan *chan*, joka puolestaan tulee sanskritin sanasta *dhyana*, joka tarkoittaa mietiskelyä. Historiallisesti zen on mahayana-buddhalaisuuden meditaatiokoulukunta.⁴ Heideggerin kuvaus meditatiivisesta ajattelusta "Gelassenheit" -teoksessa on myös zenin meditatiivisen asenteen ja sen harjoituksen kuvaus. Luvussa yksi löysimme "Gelassenheit" -teoksen meditatiivisen asenteen kuvauksesta ajattelun kolme tasoa: ajattelun, ei-ajattelun ja olemisen ilman ajattelua. Tämä oleminen ilman ajattelua on Heideggerilla odottamista. Herrigelin opettaja mestari Awa neuvoo Herrigeliä jousella-ampumisen taidossa sanoen, että hänen "täytyy oppia odottamaan oikein".⁵ Tästä tulee tahtomatta mieleen Heideggerin lause: "Meidän ei pidä tehdä mitään, vain odottaa."⁶ Väitteeni on, että Heidegger kuvaa odottamisella samaa asiaa kuin zen-mestari.

Odottaminen on se, mikä vapauttaa meidät avoimuudelle. Avoimuus on se, mitä voi vain odottaa. Mestari Awa, joka yrittää opettaa tätä jousiammunnan kautta, kehottaa Herrigeliä odottamaan kärsivällisesti, jotta "se" - tämä on Awan antama nimitys sille, jolle on vaikea antaa nimeä - tulisi esiin, jotta "se" ampuisi. Heideggerinkin on vaikea antaa nimeä sille, mikä on todellisuuden "perimmäinen" luonne. "Gelassenheit" -teoksessa hän käyttää sanaa "die Gagnet".⁷ Mestari Awan ilmaisun "se" tulkitseminen Heideggerin olevaksi ei ole vaikeaa. Awa mm. selittää käsitettään näin: "Mainitsen esimerkin, jota olen jo usein pohtinut: hämähäkki tanssii verkkonsa tietämättä, että on olemassa kärpäsiä, jotka tarttuvat siihen. Kärpänen tanssii huolettomana

ungeeignet befunden, das zu nennen, was Tao sagt. Man übersetzt Tao deshalb durch Vernunft, Geist, Raison, Sinn, Logos.

Indes könnte der Tao der alles bewegende Weg sein, dasjenige, woraus wir erst zu denken vermögen, was Vernunft, Geist, Sinn, Logos eigentlich, d.h. aus ihrem eigenen Wesen her sagen möchten. Vielleicht verbirgt sich im Wort 'Weg', Tao, das Geheimnis aller Geheimnisse des denkenden Sagens, falls wir diese Namen in ihr Ungesprochenes zurückkehren lassen und dieses Lassen vermögen." US, s. 198.

¹ "Alles ist Weg." US, s. 189.

² "Wo geht diese seltsame Weg <...> Wo anders als in der Gagnet, zu der die Gelassenheit ist, was sie ist." G, s. 45.

³ Varto 1989b, s. 5.

⁴ Ks. esim. Dumoulin 1988; Kreeft 1971.

⁵ "Sie müssen das echte Warten erlernen." Herrigel 1957, s. 42.

⁶ "Wir sollen nichts tun sondern warten." G, s. 35.

⁷ G, s. 40.

auringonpaisteessa ja tarttuu verkkoon tietämättä, mikä sitä odottaa. Mutta molempien kautta "se" tanssii ja sisäinen ja ulkoinen ovat yhtä siinä tanssissa."¹

Kuvatessaan oikeaa tapaa harjoittaa *zazen*ä² Dogen (1200 - 1253) kuvaa aluksi oikean asennon ja hengityksen ja kirjoittaa sitten: "Kun asentosi on hyvä, hengitä syvää sisään ja ulos, huojuta vartaloasi oikelle ja vasemmalle ja asetu vakaaseen, liikkumattomaan asentoon. Ajattele ei-ajattelua. Miten ajatellaan ei-ajattelua? Olemalla ilman ajattelua."³

Ajatteleminen on tässä diskursiivista ajatteluamme. Ei-ajattelu on sen kieltämistä, toisin sanoen sekin on ajattelua, joka kieltää ajattelun. Ajattelu ja ei-ajattelu ovat kummatkin vielä ajattelua. Oleminen ilman ajattelua on perustavampaa: sen kautta ajattelu ja ei-ajattelu voivat olla olemassa. Se on se horisontti, jossa ajattelu ja ei-ajattelu ikään kuin lepäävät. Kasulis kirjoittaa näistä suhteista: "<...> oleminen ilman ajattelua ei ole pelkkää negatiivista ilman sisältöä. Itse asiassa se asettaa ajattelun ja ei-ajattelu välisen suhteen."⁴

Dogenin ohjeissa tulevat esiin siis täsmälleen samat ajattelun tasot, kuin Heideggerin "Gelassenheit" -teoksessa. Niin Heidegger kuin Dogenkin pyrkivät olemiseen ilman ajattelua.

Zen-harjoitus on prosessi. Aluksi opetellaan ajattelemaan: lasketaan hengitysvaihtoa ehkä sataan. Sitten keskitytään vain hengitykseen, jolloin ajatteluprosessi tietyllä tapaa heikkenee, ajatukset menettävät hiljalleen läpäisyvoimaansa. Tällöin siirrytään vähitellen olemiseen ilman ajattelua. Näin tulemme, niin kuin Heidegger toteaa, odottavemmiksi ja tyhjemmiksi ja astumme sinne, mistä kaikki ajattelu saa alkunsa.⁵ Tämä kokemus, että olemme ajattelun alkulähteillä, on *zazen*issä hyvin voimakas. Kun laskeva ajattelu katoaa, jäljelle jää vain hiljaisuus, johon laskeva ajattelu piirtää kuvansa.

Suzuki kuvaa zenin meditatiivista ajattelua Herrigelin kirjan esipuheessa runollisesti näin: "<...> hän ajattelee eikä kuitenkaan ajattele. Hän ajattelee niin kuin taivaasta putoava sade ajattelee, hän ajattelee niin kuin meren pinnalla ajelehtiva aalto ajattelee, hän ajattelee niin kuin yöllisellä taivaalla kimmeltävä tähti ajattelee, niin kuin ajattelevat leudossa kevätuulessa vihertävät lehdet. Hän on silloin itse tuo sade, meri, tähti, lehden vihreä väri."⁶ Tämä kuvaa mielestäni myös hyvin Heideggerin meditatiivista ajattelua, joka on avoimuutta olevalle, eikä sen asettamista subjektiivisiin käsittekatgorioihimme.

¹ "Ich will Ihnen ein Beispiel nennen, das mich schon oft beschäftigt hat: Die Spinne tanzt ihr Netz, ohne zu wissen, dass es Fliegen gibt, die sich darin fangen. Die Fliege, unbekümmert im Sonnenstrahl tanzend, verfängt sich im Netz, ohne zu wissen, was ihr bevorsteht. Durch beide hindurch aber tanzt "Es", und Inneres und Äusseres sind eins in diesem Tanz." Herrigel f1957, s. 72.

² Zazen, istuva zen, zenin istuen tehtävän meditaatioharjoituksen nimitys.

³ "Once you have adjusted your posture, take a deep breath, inhale and exhale, rock your body right and left and settle into a steady, immobile sitting position. Think of not-thinking. How do you think of not-thinking? Without thinking." Kasulis 1981, s. 71.

⁴ "<...> without-thinking is not a negation without content. Indeed, it affirms the very relation between thinking and not-thinking..." Kasulis 1981, s. 73.

⁵ G, s. 61.

⁶ "<...> dann denkt der Mensch und denkt doch nicht. Er denkt wie der Regen, der vom Himmel fällt; er denkt wie die Wogen, die auf dem Meere treiben; er denkt wie die Sterne, die den nächtlichen Himmel erleuchten; wie das grüne Laubwerk, das aufspriest unter dem milden Frühlingswind. Er ist in der Tat selbst der Regen, das Meer, die Sterne, das Grün." Suzuki 1957, s. 9

Koska zeniin liittyvissä taidoissa pyritään saamaan aikaan eräänlainen meditatiivinen tietoisuus ja Suzukia lainaten "saattamaan se perimmäisen todellisuuden yhteyteen"¹, tähän liittyy käytännössä se, että kaikki toimintaan liittyvät vaiheet käydään huolellisesti keskittyen läpi. Tällöin koko toiminnasta tulee seremoniallista, aktiivista meditaatiota. Herrigel kirjoittaa jousiammunnan tästä puolesta näin: "Ensimmäisestä alustavasta toimesta aina lopulliseen suoritukseen tapahtuma muodostaa suljetun kokonaisuuden, joka yhtenä kuvana syöpyy katsojan mieleen, niin voimakas on sen vaikutus."²

JÄRJEN YLI ASTUMINEN

Sekä Heidegger myöhemmässä ajattelussaan että zenin perinne pyrkivät jatkuvasti ylittämään analyysoivan, kategorisoivan järjen ja sen avulla saavutettavan tiedon. "Gelassenheit" -teoksessa Heidegger pyrkii sinne, "<...> mitä emme oikeastaan voi edes ajatella, koska ajattelun olemus alkaa sieltä."³ Heideggerin silleenjättämisessä pyrkimys on jättää ihminen olemisessaan lepäämään siihen olemisensa tapaan, joka on ennen ajattelua.⁴ Siitä ei voi suoraan puhua, mutta siihen voidaan viitata. Heideggerin "Gelassenheit" -teoskin muuttuu loppua kohden hyvin metaforalliseksi ja runolliseksi pyrkiessään ilmaisemaan ilmaisematonta.

Zenissä, siis myös jousiammunnassa, järki ylitetään jatkuvasti, kun pyritään raivaamaan tilaa intuitiiviselle kokemukselle. Harrastajalta vaaditaan tekoja, joita ei voi järjellisesti selittää. Monet zenin vaatimukset kuulostavat paradokseilta, mutta eivät kokemuksellisesti ole sellaisia. Jousiampujan on tähdättävä tähtäämättä, laukaistava nuoli laukaisematta sitä, osuttava osumatta, itse asiassa ammuttava ampumatta. Kun Herrigelin opettaja yrittää opettaa Herrigeliä unohtamaan maaliin osumisen ja tähtäämään tähtäämättä, tästä sukeutuu seuraava keskustelu: Herrigel: "Luulen ymmärtäväni, mitä te tarkoittatte varsinaisella sisäisellä maalilla, johon on osuttava. Mutta miten ulkoiseen maaliin, paperitauluun osutaan, ilman että ampuja tähtää, miten osumat vahvistavat ulkoisesti sitä, mitä sisällä tapahtuu - sitä en voi ymmärtää." "Teitä on neuvottu huonosti", mestari vastasi hetken kuluttua, "jos luulette, että noitten hämärien yhteyksien jokin puolinainen ymmärtäminen voisi auttaa teitä eteenpäin. Tässä on kysymys tapahtumista, joihin järki ei yletä."⁵

¹"in Beziehung zur letzten Wirklichkeit bringen sollen", Suzuki 1957, s. 7.

² "<...> erscheint er von den ersten einleitenden Verrichtungen ab bis zum vollendeten Werk als ein in sich geschlossenes Geschehen. Es besitzt auch in der Tat so hohe Ausdruckskraft, dass es wie ein Bild auf den Beschauer wirkt." Herrigel 1957, s. 54.

³ "<...> wohinaus wir eigentlich nicht denken können <...> weil das Wesen des Denkens dort beginnt." G, s. 61.

⁴ G, s. 61.

⁵ "Ich glaube zu verstehen, was Sie mit dem eigentlichen, dem inneren Ziel meinen, das getroffen werden soll. Aber wie es zugehe, dass das äussere Ziel, die Papierscheibe, getroffen wird, ohne dass der Schütze gezielt hat, und dass somit die Treffer äusserlich bestätigen, was sie innerlich ereignet - diese Übereinstimmung ist mir unbegreiflich." "Sie sind schlecht beraten," gab der Meister nach einer Weile zu bedenken, "wenn Sie meinen, ein auch nur halbwegs brauchbares Verstehen dieser dunklen Zusammenhänge können Ihnen weiterhelfen. Es handelt sich hier um Vorgänge, an die der Verstand nicht heranreicht." Herrigel 1957, 71 - 72.

Yhtä mahdottomilta kuulostavat perinteiset zenin koanit: Kahden käden ääni on tämä, mikä on yhden käden ääni? Tai: Mitkä olivat alkuperäiset kasvosi ennen vanhempiesi syntymää?¹ Harjoittelijan on hylättävä asioiden laskelmoiva analyysi, jotta hän pystyisi olemaan tarpeeksi avoin, tarpeeksi tyhjä, jotta "se" voisi astua häneen.

SILLEENJÄTTÄMINEN

Miten tähän päästään? Heideggerin vastaus on *die Gelassenheit zu den Dingen*, jättäytyminen olevalle, olevan jättäminen silleen. Kun luovumme laskevasta ajattelustamme ja jätämme olevan silleen, asenteemme on "avoimuus salaisuudelle".²

Heideggerin silleenjättäminen (*Gelassenheit*) ei ole helposti määriteltävistä. Se koostuu useista aspekteista. Kun otan jatkossa esiin useita zenin ja Heideggerin filosofian samankaltaisuuksia, ne liittyvät silleenjättämisen eri puoliin.

Yksi silleenjättämisen ulottuvuus on tahdon pois pudottaminen. Heidegger toteaa "*Gelassenheit*"-teoksessa etsivänsä ei-tahtomista³, joka tarkoittaa "tahtoen tahdosta luopumista".⁴

Heideggerilla on tässä sama ongelma kuin Herrigelin opettajalla, joka yrittää selittää oppilaalleen sitä, miten jousiammunnassa on luovuttava kaikesta yrittämisestä, yrittämisestä osua maaliin, yrittämisestä olla hyvä. Ja tämä on tehtävä tietoisesti: on siis tahdottava tahtomatta olemista. Jousi on jännitettävä ilman tietoista ponnistusta. Jousen on ikään kuin annettava itse jännittää itsensä. Lihaksia ei saa jännittää, mutta ei pidä olla yrittämättäkään. Herrigel kirjoittaa epäonnistuneista ponnistuksistaan: "Kun kerran yritin puolustautua sanomalla, että minähän tunnontarkasti yritän olla jännittämättä, vastasi hän: 'Siinäpä se, te yritätte, te ajattelette sitä. Keskittykää vain hengitykseen niin kuin ei olisi mitään muuta tehtävää.'"⁵ Mestari Awa olisi aivan hyvin voinut Heideggerin sanoin todeta: "Sitä ei voi tehdä tai saavuttaa minkäänlaisen tahdon avulla."⁶

Jousiampujankin on siis kyettävä irtaantumaan tahdosta ja jätettävä oleva silleen, jolloin kyseessä ei ole Heideggerin mukaan aktiivisuus, mutta ei passiivisuuskään, koska silleenjättäminen ei kuulu lainkaan tahdon alueelle.⁷

Silleenjättämistä voi hyvin verrata taolaiseen *wu-wein* käsitteeseen, joka käännetään yleensä toiminnaksi, joka on ei-toimintaa ja joka tarkoittaa toimimista harmoniassa *taon* kanssa. Taolainen,

¹ Koanit ovat zenissä käytettyjä meditaatioteemoja, järjettömiltä kuulostavia arvoituksia, joihin oppilas etsii vastausta. Ks. esim. Miura & Sasaki 1965, s. 44.

² "die Offenheit für das Geheimnis", G, s. 24.

³ G, s. 30.

⁴ "willentlich dem Wollen absagen", G, s. 30.

⁵ "Als ich dabei einmal zu meiner Entschuldigung bemerkte, ich bemühte mich doch gewissenhaft darum, gelockert zu bleiben, erwiderte er: 'Das ist es ja eben, dass Sie sich darum bemühen, dass Sie daran denken. Konzentrieren Sie sich ausschliesslich auf die Atmung, als ob Sie gar nichts anderes zu tun hätten!'" Herrigel 1957, s. 32.

⁶ "Es kann daher auch nie durch ein Wollen vollzogen und erreicht werden." G, s. 30

⁷ G, s. 33.

joka toimii wu-wein hengessä, kunnioittaa olioita ja olevaa kokonaisuutena ja toimii niin, että hän sallii olioiden oman luonnon tulla esiin, eikä pyri tukahduttamaan sitä. Hän pyrkii siis Heideggerin käsittein olemaan avoin olevalle.

Samoin kuin jousen viritys, myös nuolen laukaiseminen on tehtävä niin, että se yllättää ampujan.¹ Mestari Awa opettaa Herrigeliä silleenjättämisen hengessä sanomalla, että laukaisun tulee "tapahtua ikään kuin jousen jänne yhtäkkiä viiltäisi peukalon lävitse. Te ette saa tahallisesti avata oikeaa kättänne."² Mestari Awa yrittää opettaa Herrigelille tätä asennetta monin vertauksin. Jänneestä on pidettävä kiinni niin kuin lapsi pitää kiinni ojennetusta sormesta. Lapsi irrottaa otteensa ilman pienintäkään nykäisyä, koska se ei harkitse ennakolta liikettään. Se ei laskelmoi. Se vain kääntyy spontaanisti kohteesta toiseen "ja voisi sanoa, että lapsi leikkii esineiden kanssa, ellei yhtä hyvin olisi niin, että esineet leikkivät lapsen kanssa."³ Toisessa kohtaa Awa kehottaa Herrigeliä oppimaan bambun lehdeltä, mistä on kysymys: "Lumi painaa sitä yhä alemmaksi. Yhtäkkiä lumi luiskahtaa alas, eikä lehti ole liikahtanutkaan. Olkaa samalla tavalla kuin lehti, täysin viritettynä, kunnes laukaisu irtoaa."⁴

Tästä problematiikasta, nk. *mushin*-mielentilasta (tyhjä mieli) on olemassa paljon pohdintoja japanilaisten zen-pohjaisten kamppailutaitojen historiassa.⁵ Zen-mestari Takuan kuvaa tätä ongelmaa seuraavalla runolla:

Ajattellessani, että en enää
ajattelisi sinua,
ajattelen sinua kuitenkin.
Yritänpä sitten olla ajattelematta sitä,
että en enää ajattelisi sinua.⁶

Tämä ei ole mikään ontologisessa tasossa ratkaistavissa oleva ongelma. Se on kokemus, jotakin ontista, jota voimme kuvata vain ristiriitaisin käsittein.

Jotta voisin luopua tahdostani osua, laukaista tai ampua, minun on täytettävä ennakkoehto, joka on luopuminen egosta.

EGOSTA LUOPUMINEN

¹ Herrigel 1957, s. 38 - 39.

² "Es muss sein, wie wenn die Bogensehne den Daumen, der sie festhält, jählings durchschneidet. Sie dürfen also die rechte Hand nicht absichtlich öffnen!" Herrigel 1957, s. 39.

³ "<...> und man müsste sagen, dass es mit den Dingen spiele, wenn nicht ebenso zuträfe, dass die Dinge mit dem Kinde spielen." Herrigel 1957, s. 40.

⁴ "Durch die Last des Schnees wird es herabgedrückt, immer tiefer. Plötzlich rutscht die Schneelast ab, ohne dass das Blatt sich gerührt hätte. Verweilen Sie ihm gleich in der höchsten Spannung, bis der Schuss fällt." Herrigel, 1957, s. 60.

⁵ Ks. esim. Suzuki 1973b, s. 100-, 110 -, 147-.

⁶ "To think that I am not going to think of you any more is still thinking of you. Let me then try not to think that I am not going to think of you." Suzuki 1973b, s. 112.

Zenissä egosta luopuminen on keskeisintä. Mestari Awan sanoin: "Oikea laukaisu oikealla hetkellä ei toteudu, koska ette pääse irti itsestänne."¹ Suzuki toteaa Herrigelin kirjan johdannossa, että "'lapsenkaltaisuutta' on opittava uudestaan harjoittamalla minän unohtamisen taitoa monien pitkien vuosien ajan."² Awa vastaa Herrigelin kysymykseen, miten oikea odottaminen tapahtuu: "Irtaantumalla itsestänne, luopumalla niin ehdoitta itsestänne ja itseenne kuuluvasta, ettei mitään muuta jää jäljelle kuin viritys, jota ei suoriteta minkään tarkoituksen vuoksi."³

Jotta ihminen voisi toteuttaa Heideggerin esiintuoman avoimuutena olemisensa, hänen on ylitettävä se, mikä kuuluu tahdon ja egon⁴ alueelle. Silleenjättäminen tarkoittaa juuri tällaista avoimuutena oloa, toimimista alueella, joka ylittää tahdon ja egon. Se ei siis tarkoita passiivisuutta vaan aktiivista toimintaa, johon Heideggerin mukaan "on piiloutuneena korkeampi toimimisen tapa kuin kaikissa maailman tekemisissä ja ihmiskunnan juonitteluisissa".⁵

Tämä avoimuus on jo *Sein und Zeitin* keskeisiä teemoja. Zenissä egosta luopumiseen liittyy ajatus, että se mitä pidämme minänämme, egonamme, ei ole olemassa mitenkään substanssinomaisena. Introspektiossa emme löydä mitään samana pysyvää, muuttumatonta ego-substanssia, löydämme vain ajatusen ja tunteiden ja muiden elämysten alati muuttuvan virran. Ja jos ei ole olemassa mitään egoa, jako subjektiin ja objektiin perustuu harhaan.

SUBJEKTI-OBJEKTI DUALISMIN KRITIIKKI

Tämä on myös koko Heideggerin filosofian lähtökohta ainakin *Sein und Zeitista* eteenpäin. Ihminen ei ole subjekti, joka kohtaa maailman objektina. Ihminen on ensisijaisesti maailmassa avoimena eksistenssinä. Jos tutkimme jokapäiväistä maailmassa oloamme, löydämme itsemme ensisijassa avoimuutena joka suuntautuu kohti maailmaa. Lukiessani lehteä, ajaessani polkupyörällä tai kuunnellessani luentoa en havaitse itseäni erillisenä subjektina. Itse asiassa useimmiten unohdan itseni täysin syventyessäni tekemiseeni. Tulen yhdeksi tekemiseni kanssa. Reflektion avulla voin irroittaa itseni toiminnastani ja todeta, että toimija olen minä.⁶ Mutta silloin avoimuuteni maailmassa tavallaan hämärtyy, koska egoni asettuu tielle. Tämä ego-tietoisuus, jonka reflektio saa esiin, ei ole välttämättä ihmisen perustava rakenne.

¹ "Der rechte Schuss im rechten Augenblick bleibt aus, weil Sie nicht von sich selbst loskommen." Herrigel 1957, s. 41.

² "'Kindlichkeit' muss nach langen Jahren der Übung in der Kunst des Sich-Selbst-Vergessens wieder erlangt werden." Suzuki 1957, s. 9. Nämä metaforat lapsenkaltaisuudesta ovat merkittäviä mielestäni siksi, että ne tukevat luvussa neljä tekemääni tulkintaa transperoonallisesta kehosta esiobjektiivisen ja esipersonallisen, siis lapsen leikkivän kehonkokemuksen, mieleenpalauttamisena.

³ "Indem Sie loskommen von sich selbst, so entschieden sich selbst und all das Ihre hinter sich lassen, dass von Ihnen nichts mehr übrigbleibt als das absichtslose Gespanntsein." Herrigel 1957, s. 42.

⁴ Kun Awa puhuu "itsestä" ja Suzuki "minästä", he kummatkin viittaavat sillä siihen ego-minäämme, joka on epävarsinaisen olemisemme keskus. Se ei viittaa varsinaiseen itseen tai zenin todelliseen itseen.

⁵ "Vielleicht verbirgt sich in der Gelassenheit ein höheres Tun als in allen Taten der Welt und in den Machenschaften der Menschentümer." G, s. 33.

⁶ Zimmerman 1986, s. 26 - 27.

Heideggerin mukaan ihmisen perustava rakenne on hänen "maailmallisuutensa". Se on se perusta, josta vasta ego-tietoisuus voi syntyä. Merleau-Pontyhan tuo mukaan tähän kehollisuutemme, ja toteaa alkuperäisimmän rakenteemme olevan nimen omaan kehollinen olemisemme maailmassa. Koen maailmassa olemiseni elämismaailmassani, jossa maailma ei esittäydy ulkoisina objekteina ja sisäisinä ideoina tai tuntemuksina, vaan, kuten Zimmerman kirjoittaa: "maailma on se suhteiden verkosto, joka antaa muodon ja sisällön kokemukselleni."¹ Heidegger itse toteaa, että maailma ja itse eivät ole kaksi erillistä oliota vaan ne kuuluvat yhteen yhdessä oliossa: Ihmisessä. Itse ja maailma, subjekti ja objekti ovat maailmassa olemisen rakenteellisessa kokonaisuudessa Ihmisen perustavia määreitä.²

Tähän avoimuuteen ja maailmallisuuteen liittyy Heideggerilla myös se, että temporaalisuutensa kautta Ihminen on avoin myös menneisyydelle ja tulevaisuudelle.³

Subjektin ja objektin erillisuus ei ole vain ontologinen ongelma vailla kosketuskohtia kokemukseen. Tästä on hyvä esimerkki jousella-ampuminen, jossa nimen omaan pyritään saavuttamaan kokemuksellinen subjektin ja objektin yhtyminen. Suzukin mukaan, kun jousiammunnasta on tullut "taiteetonta taidetta", silloin "ampuja ja maalitaulu eivät ole kaksi erillistä ilmiötä, vaan ne muodostavat yhden ainoan todellisuuden."⁴ Tai kuten Herrigel kuvaa jousiampujan kamppailua itsensä kanssa: "Selvittely itsensä kanssa tarkoittaa nimittäin <...> sitä, että ampuja tähtää itseään, että hän ehkä osuu itseensä - eikä kuitenkaan osu itseensä ja että ampuja siten on tähtääjä ja maali, hän on osuja ja osuttu."⁵

Kun Herrigel on viisi vuotta harjoitellut jousen tietä, hän saavuttaa jotakin, mitä hän ei kykene älyllisesti selittämään tai ymmärtämään. Mutta kokemus on läsnä. Hän kirjoittaa kokemuksestaan, jossa subjekti ja objekti ovat täysin kadonneet, näin: "Minäkö viritän jousen vai jousiko virittää minut täyteen viritykseen? Minäkö osun maaliin vai osuuko maali minuun? <...> Tuo kaikki: jousi, nuoli, maali ja minä kietoudumme toisiimme niin, etten voi enää erottaa niitä."⁶

KUOLEMAN KOHTAAMINEN

Egosta luopuminen ei ole helppoa. Zenissä egon murtumista kutsutaan monasti kuolemaksi tai "suureksi kuolemaksi"⁷. Ajatuksena tässä on se, että ihmisen on tavallaan kuoltava eläessään,

¹ "The world is the interrelated set of relationships which give form and content to my experience." Zimmerman 1986, s. 27.

² GP, 422.

³ Zimmerman 1986, s. 28.

⁴ "In Bezug auf das Bogenschiessen bedeutet dies, dass Schütze und Scheibe nicht mehr zwei entgegengesetzte Dinge sind, sondern eine einzige Wirklichkeit." Suzuki 1957, s. 7.

⁵ "Denn die Auseinandersetzung besteht für sie darin, dass der Schütze auf sich selbst - und wiederum nicht auf sich selbst - zielt, dass er dabei vielleicht sich selbst - und wiederum nicht sich selbst - trifft und somit in einem Zielender und Ziel, Treffender und Getroffener ist." Herrigel 1957, s. 14.

⁶ "Bin ich es, der den Bogen spannt, oder ist es der Bogen, der mich in höchste Spannung zieht? Bin ich es, der das Ziel trifft, oder trifft das Ziel mich? <...> Dies alles: Bogen, Pfeil, Ziel und Ich verschlingen sich ineinander, das ich sie nicht mehr trennen kann." Herrigel 1957, s. 77.

⁷Ks. esim. Suzuki 1973b, s. 197; Miura & Sasaki 1965, s. 37.

kuoltava egossaan, jotta sen tilalle voi syntyä jotain muuta: todellinen itse, varsinainen itse, jonka juuret eivät ole egossa vaan olevassa kokonaisuutena.

Zeniin liityvissä taistelutaidoissa kuoleman ajatus on mukana harjoittelussa, koska nämä lajit ovat historiallisilta juuriltaan sotataitoja. Jousiammunnassakin opetuksessa kulkee edelleen mukana fraasi: "Yksi nuoli, yksi elämä." Joka tapauksessa ihmisen rajallisuus ja kuoleman mahdollisuuden eksplisiittinen pohdinta on yksi sellainen "itsen teknologia", joka on yksi niistä "itsen teknologioista", jotka ovat olennaisesti liittyneet näihin lajeihin, ja joista edelleen näkyy jälkiä.

Tämä on mielenkiintoista siksi, että Heideggerilla rajallisuutensa ymmärtäminen, kuolemaa-kohti-olemisensa ymmärtäminen on se perustava lähtökohta, josta voi syntyä pyrkimys kohti varsinaista itseä. Kuvasin tätä prosessia luvussa yksi. Otan sen esiin tässä yhtenä tärkeänä zenin ja Heideggerin filosofian yhtymäkohtana. Voisi sanoa, että myös zenissä oman rajallisuutensa, kuolemaa-kohti-olemisensa pohtiminen on yksi "tiellä kulkemisen" liikkeellepaneva ja ylläpitävä voima.

VALO - VALAISTUMINEN

Zenissä, kun on kyetty pudottamaan pois kaikki egon rippeet, voidaan kokea se, mitä kutsutaan sanalla *satori*¹, valaistuminen, tai *kensho*², oman luonteensa oivaltaminen. Valaistuminen ei zenissä tarkoita, että saisimme jotakin lisää, vaan että ymmärrämme sen, mitä jo olemme: avoimuus. Valaistuminen tapahtuu, kun ihminen vapautuu lopullisesti siitä harhasta, että hän on pysyvä ja muuttumaton, substantiaallinen ego, jonka "vastapäätä" ovat objektit.³ Koko buddhalainen ajatteluhan lähtee siitä Buddhan oivalluksesta, että kärsimme siksi, että takerrumme siihen, mikä joka tapauksessa on jatkuvan muutoksen tilassa eikä siis pysyvää.

Satorissa, valaistumisessa, oivallamme sen valon, joka jo olemme.⁴ Heidegger käyttää Ihmistä kuvatessaan avoimuuden lisäksi usein kuvaa valosta. Sein und Zeitissa hän kirjoittaa: "Olio jonka nimi on Ihminen, on 'valaistu'."⁵ Tämä ei tarkoita Heideggerin mukaan, että sen olisi valaissut jokin muu olio, vaan se on eräällä tapaa itse oma valonsa, se on itse oma avoimuutensa.⁶

Ei ole lainkaan itsestään selvää, että valo niin Heideggerillä kuin zenissäkään olisi mikään metafora. "Zur Sache des Denkens" -teoksessa Heidegger kirjoittaa totuuden kokemisesta valona.⁷ Tätä voisi verrata Sekidan kuvaukseen siitä kokemuksesta, jonka zen-harjoitus voi synnyttää: "<...>

¹ Ks. esim. Suzuki 1973a, s. 229 - 266.

² Ks. esim. Miura & Sasaki 1965, s. 37 - 40.

³ Zimmerman 1986, s. 258.

⁴ Zimmerman 1986, s. 259.

⁵ "Das Seiende, das den Titel Da-sein trägt, ist 'gelichtet'." SZ, s. 350.

⁶ SZ, s. 133.

⁷ ZSD, s. 75.

saavutamme tilan, jossa vallitsee ehdoton äänettömyys ja hiljaisuus, ja joka kylpee puhtaassa, kirkaassa valossa."¹

Valaistumiseen ja Heideggerin valoon ja avoimuuteen liittyy zenin ja Heideggerin yhteinen käsitys totuudesta.

¹ "<...> we reach a state in which absolute silence and stillness reign, bathed in a pure, serene light." Sekida 1983, s.

TOTUUS PALJASTUMISENA

Heideggerille totuus ei ole, niin kuin länsimaisessa filosofiassa yleensä, lauseen ominaisuus, sen sisältämän väitteen ja maailman vastaavuus.¹ Kreikan kielen totuutta merkitsevän sanan *aletheia* etymologisten pohdiskelujen tukemana Heidegger päätyy siihen, että totuus tarkoittaa sitä, mikä paljastuu, tulee esiin, kun peitto poistuu²; mutta *aletheia* tarkoittaa myös sitä, mikä paljastaa.³ Ensimmäisessä totta on se, mikä paljastaa, siis Ihminen; Ihminen on tätä sellaisena avoimuutena, jonka kautta oleva voi paljastua. Tässä mielessä Ihminen elää totuudessa.⁴ Se, ymmärtääkö hän totuudellisuutensa, on kuitenkin eri asia. Joka tapauksessa totuudellisuus on osa hänen eksistentiaalista konstituutiotaan.

Epävarsinainen oleminen peittää avoimuuden, jota Ihminen perimmäisesti on. Epävarsinaisuus peittää totuuden näkyvistä. Heidegger toteaaakin, että Ihmisen oleminen lankeamisessa on olemista epätotuudessa.⁵ Suljettuneisuus ja peitetyys kuuluvat Ihmisen faktisuuteen. Mutta vain se, että Ihminen on avoimuus, tekee suljettuneisuuden mahdolliseksi.

Zenissä totuuden peittämiä verhoja kutsutaan "harhaksi". Harhan poistuttua totuus voi tulla näkyviin. Zenissäkään totuus ei ole lauseen ominaisuus vaan kokemus todellisuuden paljastumisesta. Valaistumisessa paljastuu se, minkä harha on aikaisemmin peittänyt. *Prajna* on tekninen termi tälle intuitiiviselle kokemukselle. Suzuki kirjoittaa näin: "<...> *prajna* on intuitio, joka silmänräpäyksessä käsittää ilmiöiden totaalisuuden ja individuaalisuuden. Se on intuitiota, joka käsittää miettimättä, että nolla on ääretön ja ääretön on nolla, eikä tätä tarkoiteta symbolisessa, eikä matemaattisessa mielessä, vaan se on välittömästi havaittava kokemus."⁶

TYHJYYS JA EI-MITYYS OLEVAN KUVAUKSENA

Tämä Suzukin lause äärittömyydestä ja nollasta ja niiden ykseydestä, jonka *pradzna*-intuitio *satori*-kokemuksessa paljastaa, tuo meidät seuraavaan Heideggerin ja zenin yhdistävään kohtaan: tyhjyyteen (*sunyata*) ja ei-mityyteen (*Nichtigkeit*) olevan kuvauksena.

Herrigel lopettaa kirjansa kuvaamalla seuraavin sanoin sitä totuutta, jonka jousiampuja voi lopulta kohdata, kun hän on selvinnyt tien viimeisestä, jyrkimmästä vaiheesta: "Jos hän suoriutuu uhkayrityksestä, hän kokee kohtalonsa täyttymyksen kohtaamalla täydellisen totuuden, kaikkien

¹ SZ, s. 214.

² "Kreikkalainen *aletheia* ei ole suhdekäsite vaan määrittää sen tavan, jolla oleva on paljaana sellaisena kuin se on." Varto 1989a, s. 35.

³ SZ, s. 220.

⁴ SZ, s. 221.

⁵ SZ, s. 222.

⁶ "*prajna* ist eine Intuition, die sofort die Totalität und Individualität aller Dinge erfasst. Es ist eine Intuition, die ohne irgendwelche Meditation erkennt, dass Zero unendlich ist (-) und Unendlich Zero ist (-); und dies ist nicht symbolisch oder mathematisch gemeint, sondern ist eine unmittelbar wahrnehmbare Erfahrung." Suzuki 1957, s. 8.

totuuksien totuuden, muotoa vailla olevan alkujen alun, ei-minkään (*das Nichts*), joka samalla on kaikki, joutuu sen valtaan ja syntyy siitä uudestaan."¹

Tämä Herrigelin kuvaama ei-mitään on zenissä tekniseltä nimitykseltään *sunyata*², tyhjiys, ja sillä pyritään kuvaamaan olevan perimmäistä luonnetta, siis sitä mikä "on kaikki".

Heideggerilla on vastaava käsite *das Nichts* ja *die Nichtigkeit*. *Sein und Zeit*issa Heidegger tarkoittaa *Nichtigkeit*illä sitä ei-mityyttä, joka Ihminen välttämättä on siksi, että se voi valita ja on siis valinnut välttämättä vain yhden olemisen mahdollisuuksistaan.³

Mutta Heideggerilla oleva on myös olioihin nähden *das Nichts*, ei-mikään, koska oleva on täysin "toinen kuin olio"⁴, se mikä ei ole mikään erillinen olio. Se on siis, niin kuin de Caputo toteaa: "ei, se mikä tekee eron olemisen ja olioiden erossa."⁵ *Das Nichts*-käsitettä ei pidä käsittää nihilistisesti kuten ei *sunyata*-käsitettäkään tule ymmärtää. Ei-mitään sellaisena, joka ei ole mikään yksityinen olio, tavallaan "vetäyty" sen "taakse", on sama kuin oleminen itse.⁶ Tällaisena se tavallaan kannattaa olioita tai on pohjana olioille ja niiden olemiselle. Samalla tavalla zenissä tyhjiys, *sunyata* on sellaisuus, *tathata*.⁷

ITSEKSI TULEMINEN

Otan viimeiseksi kohdaksi ajatuksen itseksi tulemisesta, joka kokoaa kaiken edellä esitetyn. Heideggerilla varsinaisen olemisen valitseminen olemisen mahdollisuuksista on varsinaisena itsenä olemista (*das eigenliche Selbst-sein*). Myös zen käyttää kirjoituksissaan ja opetuksessaan ilmaisua "tulla todelliseksi itseksi". Herrigel kuvaa kirjassaan, kuinka jousiampuja tähtää itseensä ja ehkä osuu itseensä.⁸

Itseksi tuleminen tarkoittaa niin zenissä kuin Heideggerilla tulemista siksi, mitä ihminen potentiaalisesti on, mutta mitä hän ei epävarsinaiseen olemiseen langenneena kykene toteuttamaan. Zenissä käytetään usein vertauksia oman pään etsimisestä ja unessa olemisesta. Epävarsinaisessa olemisessa ihminen on kuin unessa ja siis kykenemätön näkemään itseään sellaisena kuin todella on. Vasta toteuttaessaan varsinaisen olemisen mahdollisuutensa hänen voi sanoa olevan hereillä.

Vertaus oman pään etsimisestä viittaa siihen, että epävarsinaisuudessa ihminen on ikään kuin kadottanut oman päänsä. Hän etsii sitä kaikkialta muualta kuin hartioidensa välistä ja luulee, että se

¹ "Besteht er dieses Wagnis, dann vollendet sich sein Schicksal darin, dass er der ungebrochenen Wahrheit, der Wahrheit über aller Wahrheit, dem gestaltlosen Ursprung aller Ursprünge: den Nichts, das doch alles ist, begegnet, von ihm verschlungen und aus ihm wiedergeboren wird." Herrigel 1957, s. 94.

² Ks. esim. de Caputo, s. 212 - 213.

³ SZ, s. 285.

⁴ "als das Andere zum Seienden", WM, s 52.

⁵ "<...> it is the 'not', the differentiating in the difference between Being and beings." de Caputo 1984, s. 213.

⁶ de Caputo 1984, s. 213.

⁷ de Caputo 1984, s. 213.

⁸ Herrigel 1957, s. 14.

on hukassa. Kun hän sitten varsinaistuu ikään kuin löytää oman päänsä, hän huomaa, että se, minkä hän löysi, on ollut hänessä aina. Varsinaisen itsensä löytäminen on siis sellaisen löytämistä, sellaisen potentiaalin toteutumista, joka mahdollisuutena on ihmiselle aina olemassa, mutta epävarsinaisuuden vetovoima estää häntä katsomasta oikeaan suuntaan.

Edellä olen pyrkinyt osoittamaan, että itsen projekteista ainakin zen-filosofiaan kytkeytyviä taitoja voidaan kuvata Heideggerin ontologisin käsittein, että kysessä on ontologisesti sama prosessi, jota Heidegger kuvaa tulemiseksi varsinaiseksi itseksi. Näkemykseni on, että muidenkin itsen projektien kohdalla voidaan tehdä vastaava analyysi.¹

IV LIIKUNTA KEHOLLISTEN KOKEMUSHORISONTTIEN LAAJENTAJANA

Toin ensimmäisessä luvussa esiin Heideggerin käsitteet varsinainen ja epävarsinainen oleminen. Saadakseni nämä käsitteet kytkeväksi keholliseen olemiseemme, analysoin toisessa luvussa kehollista maailmassaoloamme ja otin esiin kokemuksistamme erilaisia tasoja, joita olen kutsunut kokemushorisonteiksemme. Kolmannessa luvussa käsitteelin eri liikunnan projekteja varsinaisen ja epävarsinaisen olemisen näkökulmasta. Käsillä olevassa luvussa tarkennan koko edeltävää analyysiä tuomalla esiin uusia kokemuksen tasoja, jotka ovat keskeisiä eri tavoin eri liikunnan projekteissa. Näin jo esiin ottamani kokemushorisontit, joissa liikunta meissä vaikuttaa, asettuvat laajempiin puitteisiin.

LIKKUVUUDEN GENESIS

Tarkastelen aluksi ihmisen liikkuvuutta, hänen liikkuvuuttaan kokonaisena kehona, en vain yhtä liikettä tai elettä. Tähän liikkumiseen liittyvät silloin myös ne erilaiset asennot, jotka kehona voin ottaa. Liikkuvuuteemme liittyy myös se, että kehona en liiku yksin vaan toisen kanssa siinä mielessä, että olemiseemme on aina olemista toisen kanssa.

David Michael Levin on tarkastellut liikkumisen syntyä. Levin näkee liikkuvuutemme genesiksessä useita tasoja, joista ensimmäinen on

¹ Tätä käsitystä tukevat esimerkiksi Heideggeria ja taolaisuutta vertailevat tutkimukset. Katso esim. Pöggeler 1987, Stambaugh 1987, Parkes 1987.

ONTOLOGINEN TASO

Liikkuvuutemme tapahtuu moniulotteisessa kentässä. Eksistenssimme on riippuvainen tästä kentästä samoin kuin kaikki muutkin oliot, joilla on liikkuvuuden kyky, tai jolle on lahjoitettu tämä kyky kuten Levin toteaa. Näinhän on siinä mielessä, että liikkuvuutemme on sellaista kehollista perusintentionaalisuuttamme, joka meillä on jo heti, kun löydämme itsemme maailmasta. Se ei ole mitenkään riippuvainen meistä. Olemisemme perustuu liikkuvuuden kentän avoimuuteen. Ja koska liikkuvalla olemisellamme on tämä perusta, olemisemme on yhtä ulottuvainen kuin tämä liikkuvuuden kentän avoimuus on kokonaisuutena tai identtinen sen kanssa.¹

Liikkuvuuteni kenttä on "koko olemisen kentän yksi aukeama"². Se on se aukeama, jossa olemisen ilmenee, manifestoituu, tulee läsnäolevaksi suhteessa minun liikkuvuuteeni. Näin kysymys liikkuvuudestani syvenee ontologiseksi kysymykseksi olevan olemisen luonteesta yleensä.³

Tästä seuraa Levinin mukaan, että meidän on kysyttävä itseltämme, mihin me kykenemme suhteessa liikkuvuuteemme. Ajatuksena tässä on, että ihmisen on mahdollista kehittää tai avata tätä alkuperäistä suhdettaan olevaan kokonaisuutena liikkuvuutensa avulla.

Tällöin huomio voi kohdistua sellaisiin seikkoihin kuten, miten juurumme maahan liikkuessamme, tasapainoamme, ryhtiimme, polkuun, jota kuljemme ja päämääräämme tällä polulla. Tämä polku, jota kuljetaan, ei ole vain symbolinen, vaan se tarkoittaa tietä, jota todella kuljemme jossakin asennossa. Huomio voi siis kohdistua itse asiassa jokaiseen liikkuvuutemme aspektiin ja sen suhteeseen itse olemiseen.⁴

Tässä pääsemme Levinin argumentoinnin keskeiseen kohtaan: Heideggerin käsite varsinainen oleminen viittaa nimenomaan keholliseen, liikkuvaan olemiseemme. Voimme silloin tutkia olemistamme epävarsinaisuus-varsinaisuus -akselilla tutkimalla liikettämme ja sen suhdetta koko olevan olemiseen kokonaisuutena. Tämän suhteen tarkastelussa meitä auttaa se ymmärrys, että liikkuvuutemme jo perustaltaan on liikkumista koko olevan kentässä. Varsinaisuus kehollisena kokemuksena tulee käsitetyksi silloin, kun koemme tämän ontologisen yhteenkuuluvuutemme koko olemisen kentän kanssa.

Levinin argumentointia auttaa ymmärtämään ajatus, että hän tarkastelee kysymystä olemisestä (Being) topologisesti. On olemassa tietty kenttä (*legein*), jossa olemisen (*logos*) ilmenee. Ihmisen liikkuvuuden kenttä on tästä kentästä yksi "aukeama".

Miksi sitten Levin valitsee lähtökohdakseen olemisen ilmenemisen liikkeessä? Tämähän on vanha ajatus niin lännessä kuin idässä. Herakleitoksen perusajatus oli olevan jatkuva liike, virtaus. Samoin taolaisuuden *tao*, oleva, on jatkuvassa liikkeessä, jossa vastakkaiset voimat vaihtuvat toisikseen. Heideggerin kuvaus olemisestä *Ereignis*-käsitteen avulla pitää sisällään saman ajatuksen.

¹ Levin 1985, s. 94.

² "the layout of a field of Being", Levin 1985, s. 94.

³ Levin 1984, s. 94.

⁴ Levin 1985, s. 94 - 95.

Kokiessamme oman liikkuvuutemme voimme tulla tietoisiksi siitä, että oma liikkuvuuden kenttämme on osa koko olemisen kenttää.¹

Tämä kehollinen tietoiseksi tuleminen voidaan ajatella muistamisena, olevan olemisen mieleenpalauttamisena (*recollection*).² Tässä tutkimuksessa tämä olevan olemisen mieleenpalauttaminen nähdään kehollisena kokemuksena ja se tulkitaan kehomuistin avulla. Se, mikä tässä kokemuksessa tulee mieleenpalautetuksi, on niin kutsuttu "esiobjektiivinen kehomme", josta lisää seuraavassa kohdassa. Kehomuistia ja sen rakenteita käsittelemme myöhemmin.

¹ Levin 1985, s. 142.

² Levin 1985, s. 53.

AVOIMUUDEN KOKEMUS JA ESIOBJEKTIIVINEN KEHO

Tarkastelen seuraavaksi, miten aktuaalinen liikkuvuutemme kenttä muodostuu. Kun ihminen syntyy maailmaan, hän tuo mukanaan geneettisessä koodissaan tietyt mahdollisuutensa. Hänen liikkuvuutensa kenttä on alunperin avoin erilaisten mahdollisuuksien suuntaan. Koska liike ei vielä silloin sisällä mitään "ego-logista" keskusta, subjektia, koska mitään egoa ei ole vielä muodostunut, vastasyntyneen "liikekeho" kuuluu vielä kokemuksellisesti siihen alkuperäiseen kenttään, jota voimme kutsua Heideggerin tavoin olevan olemiseksi kokonaisuutena.¹

Oleva on sille kokemuksellisesti annettu eräänlaisena perustana, avoimuuden kenttänä, jota se myös itse on. Näin siksi, että se ei vielä tee eroa subjektin ja objektin välillä, koska mitään subjektia ei ole vielä muodostunut; on vain avoimuus.

Kutsun tätä kehon kokemusta Merleau-Pontya mukaillen "esiojektiiiviseksi kehoksi". Se on vastasyntyneen keho - Levin kutsuu sitä arkkityypiseksi kehoksi - ja me kannamme sitä jatkuvasti peruskokemuksenaamme mukanaamme, vaikka olemmekin sen useimmissa tapauksissa kadottaneet. Se saa virittyneisyytensä kuulumisesta koko olevan kenttään. Siksi se kantaa jatkuvasti mukanaan maailmassa olemisessaan esiontologista ymmärrystä omimmasta olemisen tavastaan, olemisesta olevan yhteydessä.²

ESIPERSONALLINEN, LEIKKIVÄ KEHO

Kun egon rakenteet alkavat muodostua, lapsen alkuperäinen suhde olevaan esiojektiiivisen kehon välityksellä alkaa himmetä. Hänen kehonsa ja liikkumisensa muotoutuu hiljalleen siihen muottiin ja liikkumisen tapoihin, jotka ovat yhteisiä kaikille, Kenelle Tahansa. Se kehon kokemisen avoimuus, josta hän lähtee, jää hiljalleen taustalle, kun hän rutinoituu sellaiseksi, mitä erilaiset sosiaaliset roolit ym. kulttuuriset seikat häneltä vaativat.³

Tämä muutos on kuitenkin hidaskäynninen ja etenee tiettyjen vaiheiden kautta, joista tärkeä on sen kehollisen kokemuksen muodostuminen, jota kutsun Leviniä seuraten "esipersoonalliseksi kehoksi".

Lapsi on enemmän kokemuksellisesti se, mitä Merleau-Ponty kutsuu luonnolliseksi subjektiksi eli kehonsa kuin aikuinen, jonka subjektiivisuus on kehosta erilleen abstrahoitua, ego-logista subjektiivisuutta. Merleau-Ponty kirjoittaa: "<...> persoonallinen eksistenssi on esipersoonallisen perinteen jatkamista. On siis olemassa toinen subjekti minussa, jolle maailma on olemassa ennen

¹ Levin 1985, s. 100.

² Levin 1985, s. 100 - 101.

³ Levin 1985, 101.

kuin minä olen olemassa, ja joka osoittaa minun paikkani siinä. Tämä kahlehdittu tai luonnollinen henki on kehoni..."¹

Esipersonallinen keho on se leikkivän lapsen keho, joka leikkii leikin vuoksi, eikä aseta leikilleen mitään muuta päämäärää. Levin kirjoittaa: "Meidän on tunnistettava persoonallisen, egologisesti muodostuneen kehomme lihassa esipersonallinen menneisyys, kokonainen mutta 'tiedoton' vastasyntyneen ja lapsen keho meissä ..." ²

Tämä esipersonallinen kehomme on Levinin mukaan "välittömimmin olemisen alkuperäisen valon tai avoimuuden virittämä ja sen suuntaan virittynyt."³

Olennaista on, että kannamme jatkuvasti mukanaamme kaikkia kehollisia kokemuksiamme, myös esipersonallista, leikkivää kehoamme; kokemukset ovat vain painuneet niin syvälle lihaamme, panssareidemme alle, että niiden mieleenpalauttaminen ja uudelleen kokeminen ei ole enää automaattista. Aikuisena kadotamme kykymme leikkiä. Mutta emme välttämättä. Kuten Levin toteaa, myös aikuisen on mahdollista palauttaa mieleensä tämä kehollisen kokemuksen taso, kehollinen kokemushorisontti, pudottamalla pois puolustusmekanisminsa ja antamalla sen palata mieleen spontaanisti.⁴ Näin tapahtuu monasti liikunnan yhteydessä, jolloin aikuisellakin on mahdollisuus pelata ja leikkiä.

EGO-LOGINEN KEHO, KENEN TAHANSA KEHO

Tällä tasolla kuvataan sitä kehollista kokemusta, joka on meille tutuin aikuisina. Se on sosiaalisesti ja historiallisesti muotoutunut persoonallinen kehomme, joka muodostuu rooleista, rutiineista, naamioista, sosiaalisista tavoista. Se on keho, joka muodostuu kasvatuksen ja muiden sosiaalisten rakenteiden muovaamana. Sitä voi kuvata Kenen Tahansa kehona, Kenen Tahansa, jota kaikki ovat, ja jota kukaan ei varsinaisesti ole.⁵

Tähän kokemuksen tasoon liittyy subjektin ja objektin voimakas erillisyyden kokemus. Levinasin käsittein ego on suljettu totaliteetin sisään. Totaliteetti on kaikki se, mikä egolle on tuttua ja hallittavissa, hänen maailmansa, joka on tarkasti rajattu, ja jonka ulkopuolella ei ole mitään merkittävää.

¹ "<...> mon existence personelle la reprise d'une tradition prépersonelle. Il y a donc un autre sujet au-dessous de moi, pour qui un monde existe avant que je sois là e qui y marquait ma place. Cet esprit captif ou naturel, c'est mon corps..." PP, s. 293 - 294.

² "In the flesh of the personal, egologically constituted body, we must recognize a pre-personal past - the integrated but 'unconscious' body of the infant and the child in us..." Levin 1985, s. 66.

³ "<...> more immediately attuned by, and to, the primordial 'clearing' and 'lighting' of Being." Levin 1988, s. 204.

⁴ Levin 1988, s. 47.

⁵ Levin 1988, s. 47.

Tämä on se keho, jota ruumiillisuuden sosiaalishistorioitsijat tutkivat¹ ja joka eri aikoina on saanut eri muodon, eri värin, eri vaatetuksen. Tämä on se keho, joka käy solariumissa ja hankkii punk-kampauksen, jos ajan muoti niin vaatii.

Tämä on myös keho, joka liikkuu ajan virtausten mukaan. Koulujen liikunta- ja urheilutunneilla on suuri merkitys tämän kehon muovaajana.

Tämän kehon panssareita pyritään murtamaan reichilaisessa psykoterapiassa ja hahmoterapiassa, jolloin ajatuksena on, että koska ihminen on psykofyysinen kokonaisuus, auttaa fyysisten panssareiden purkaminen ihmistä olemaan myös henkisesti avoin. Pyrittäessä avoimuuteen kohti olevaa ihmisen on oltava avoin kaikilla todellistumisensa tasoilla. Tähän ajatukseen perustuvat kaikki liikuntaterapiat, joissa rennon liikkeen, luovan tanssin tms. avulla pyritään eroon psyykkisistä jännityksistä.

Se, että tämä kehomme on ahdistunut ja jäykkä, on vuosisataisen kristillisen kasvatuksemme tulosta. Meidät on kasvatettu perinteessä, jossa kaikki kehollisuus, ruumiillinen nautinto, oli se mitä tahansa on ala-arvoista ja paheksuttavaa ja keho on vain jotakin, joka on hengen kehittymisen tiellä. Henki on puhdas ja hyvä, keho likainen ja paha. Erityisen hyvin tämä ajatustapa tulee esiin kristillisen perinteen suhteessa ihmisen seksuaalisuuteen, joka jo silläin, kuten kehokin, nähdään perustaltaan synnillisenä. Tämä jyrkkä dualismi synnyttää ihmisissä jatkuvasti kokemuksellisia ristiriitoja.

Monistissa perinteissä asia on päinvastoin. Kehon harjoittamisella on niissä tärkeä osuus kaikissa henkisissä pyrkimyksissä.² Kristillinen kehon harjoitus on yleensä askeesia, jossa keho pyritään kuolettamaan pois hengen tieltä. "Koska aistimelliset ja aistilliset tuntemukset vieraannuttavat ihmisen Jumalasta, keho on tuntemusten lähteenä tuomittu alhaiseksi ja vähäpätöiseksi", kirjoittaa Koski.³ Monistisissa itsen projekteissa kehon harjoitusta ja hengen harjoitusta ei eroteta toisistaan. Näin kehon harjoittaminen saa positiivisen merkityksen.

Tapamme kokea ego-loginen kehomme on siis voimakkaasti perinteeseen sidottu. En tarkoita täällä, että kokemuksemme ego-logisesta kehostamme olisi kaikilla samanlainen. Koko tässä tekemäni jako eri käsitteellisiin kehoihin pyrkii olemaan fenomenologista kuvausta, jonka avulla voimme tematisoida omia kehollisen kokemuksemme tasoja. Näin voimme suunnata niihin huomiomme ja nähdä liikkumiseemme liittyviä kokemuksellisia mahdollisuuksia.

TRANSPERSONALLINEN KEHO

Tämä käsite on myös peräisin Leviniltä. Hän tarkoittaa sillä sitä kehollisen kokemuksemme tasoa, jossa koemme yhteenkuuluvuutemme kaikkien olioiden kanssa. Tunnumme olevamme osa luontoa ja sen prosesseja. Samalla emme enää tunne samaistuvamme ego-logiseen kehoomme.

¹ Ks. esim. Falk 1988a ja 1988b; Eichberg 1987.

² Ks. esim. Koski 1990a.

³ Koski 1990b, s. 15.

Uskonnoissa pyritään erilaisten rituaalien ja seremonioiden avulla saamaan esiin tämä kehollinen kokemuksen taso.¹ Tämä on myös kaikkien itsen projekteiksi luettavien liikuntamuotojen päämäärä. Itsen projektithan liittyvät aina joihinkin uskonnollis-filosofisiin järjestelmiin.

Transpersoonallinen tarkoittaa tässä egon ylittävää, kokemusta, jossa ego on erillisenä subjektiivisena kokemuksen keskuksena ylitetty; siis sen kokemista, mitä Heidegger kuvaa avoimuutena olevalle, avoimuutena salaisuudelle; ontologisin käsittein tämä tarkoittaa varsinaista olemista.

Tässä kokemuksessa on useita tasoja, jotka saavutetaan kehollisessa mieleenpalauttamisessa. Tulkitsen syvimmän transpersoonallisen kehon kokemuksen tarkoittavan **esiobjektiivisen kehon mieleenpalauttamista**. Tässä kokemuksessa palataan siihen perustavaan avoimuuteen ja olevan olemisen yhteyteen, jota maailmaan syntyvä ihminen jo heti on.

Leikkivän lapsen kehossa, esipersoonallisessa kokemuksessamme tämä virittyneisyys on vielä läsnä, mutta välttämättä jo heikentyneenä, koska egon rakenteet ovat jo alkaneet muodostua. Joka tapauksessa leikkivän lapsen keho on kokemuksellisesti "lähempänä juuriaan", olevan olemisen yhteyttä, kuin on täysin ego-logiseksi kehittynyt aikuisen keho. Se on, niin kuin Heidegger toteaa, kiskottu irti juuriltaan.² Leikkivän lapsen kehon, esipersoonallisen kokemuksemme mieleenpalauttamisen tulkitsen toiseksi transpersoonallisen kehon kokemuksen tasoksi. Jos voisimme asettaa kokemuksemme vertikaaliakselille, niin tulkitsen tämän kokemuksellisen tason olevan vähemmän "syvä" kuin esiobjektiivisen kehon kokemisen. Ontologisessa mielessä se on pyrkimystä kohti sitä, mitä Heidegger kutsuu varsinaiseksi olemiseksi, mutta jää matkan päähän siitä.

Transpersoonallisen kehon kokemus on hermeneuttinen prosessi. Se ei ole regressiota aikaisemmille kehityksen tasoille. Päinvastoin. Hermeneuttisen kehän tavoin esiobjektiivisen ja esipersoonallisen kehon mieleenpalauttamisen kautta ihminen hakee vauhtia menneestä kokemuksesta käyttääkseen sitä astinlautana kulkiessaan eteenpäin. Levin kirjoittaa tästä prosessista näin: "Kyseessä ei ole mikään taantumisen lapseksi. Kyseessä ei myöskään ole mikään lapsuuden herättäminen henkiin sellaisena kuin se oli menneisyudessa. Ajatusprosessi, jota ehdotan, on ennemminkin liikkumista eteenpäin: nykyiseen elämään pyritään vain liittämään sellainen olemisen mieli ja elämän mahdollisuudet, joista olemme irtautuneet."³ Kyse on siis elämämaailmojen laadullisesta erosta.

Transpersoonallisen kehon kokemuksen ehtona ovat kaikki edellä käsitellyt kehollisen kokemuksen vaiheet. Kokemus ei ole mahdollinen ilman egoa, joka vasta voi suuntautua reflektiivisesti omiin kokemuksiinsa. Tässä ei siis väitetä, että ego-loginen kehon kokemus olisi vähemmän arvokas kuin transpersoonallinen kehon kokemus. On muistettava Heideggerin toteamus, että Kuka Tahansa on Ihmisen eksistentiaali ja kuuluu Ihmisen positiiviseen konstituutioon. Ego-loginen kehon kokemus ja transpersoonallinen kehon kokemus ovat ontologisten käsitteiden epävarsinainen ja varsinainen oleminen ontis-ontologia vastineita. Ne siis

¹ Levin 1988, s. 47.

² SZ, s. 173.

³ "It is not a question of infantile regression. Nor is it a question of restoring our childhood as it was in the past. The process of thought I am suggesting is, rather, a way of moving forward: integrating into present living a sense of being, and of life's possibilities, from which we have become detached." Levin 1988, s. 272.

kuvaavat sitä ontista tasoa, jossa olemme aina välittömässä suhteessa olevaan. Tämä ontinen kokemus voi syventyä ontologiseksi ymmärrykseksi, jota varsinaisuuden ja epävarsinaisuuden käsitteet pyrkivät kuvaamaan.

Ontisen ja ontologisen suhteesta Levin kirjoittaa: "Ontologinen ei ole ontisen vastakohta; ennemminkin ontologinen turvaa ontisen avoimuuden; ontologinen on ulottuvuus, jonne ja jona ontinen aukeaa; tai vielä toisin sanoin: ontologinen on se olemisen avoin ulottuvuus kokonaisuutena, jonka polttopiste on ontinen."¹

Transpersoonallisen kehon kokemus ymmärrettynä mieleenpalauttamisena on 'ajattelun' prosessi. Ajattelu ymmärretään tässä Heideggerin tavoin olevan mieleenpalauttamisena. Tarkastelenkin seuraavassa ajattelua keholla ja ajattelua olevan mieleenpalauttamisena.

AJATTELU KEHOLLA

On yleinen länsimaiseen metafysiikkaan liittyvä harha, että ihmiskeho ei kykene ajattelemaan, muistamaan tai ymmärtämään mitään. Samoin on harha, että tieto on vain mieleen liittyvä asia. Länsimaisen metafysiikan mukaan nämä ovat kaikki mielen kykyjä, mielen joka sijaitsee jossakin aivojemme alueilla. Tämä liittyy tietysti länsimaisen metafysiikan vahvaan dualismiin. Merleau-Ponty pyrkii osoittamaan, että voimme puhua kehon ajattelusta, kehon tiedosta ja kehon ymmärryksestä. Myös Schrag puhuu "kehon ymmärryksestä".² Kehomuistia on analysoinut Edward S. Casey. Häneen palaan myöhemmin.

Mitä muuta teemme kirjoittaessamme koneella kuin ajattelemme käsillämme? Merleau-Ponty kirjoittaa taidon olevan "tietoa käsissä"³, joka tulee esiin vain kun teemme fyysisen ponnistuksen. Eikä käsien tietoa voida erottaa tästä fyysisestä ponnistuksesta. Näin on Merleau-Pontyn mukaan kaikkien taitojen kohdalla. Taidossa keho ymmärtää, mitä pitää tehdä. Liikettä ei edellä mikään mieleen liittyvä ymmärrys. Kehon ymmärryksessä liikutaan eletyn kehon avaruudessa. Oppiessani kirjoittamaan koneella liitän kirjoituskoneen näppäimistön avaruuden omaan koetun kehoni avaruuteen. Kun näppään k-kirjaimen, intentionaalinen objektini ei ole mikään objektiivisessa avaruudessa sijaitseva k-kirjain, vaan se sijaitsee koetun kehoni avaruudessa. Merleau-Ponty toteaa kehollisen ymmärryksen olevan sitä, että koetaan sopusointu sen välillä, mihin pyritään ja mitä on annettu, siis aikomuksen ja tekemisen, ja kaikki tämä koetaan kehossa, joka avaa maailman meille.⁴

Ajatus, että ajattelemme myös kehollamme ja erityisesti käsillämme, löytyy myös Heideggerilta. Hän kirjoittaa näin: "Yritämme tässä opetella ajattelemaan. Ehkä ajattelu onkin samanlaista kuin lipaston rakentaminen. Joka tapauksessa se on käsityötä. Käteen sillä on erityinen suhde. <...> Käden toiminta on rikkaampaa kuin tavallisesti luulemme. Se ei ainoastaan tartu ja ota kiinni tai

¹ "The ontological is not in opposition to the ontic; rather, it safeguards the openness of the ontic: it is the dimension into which, and as which the ontic opens, or, in still other words, it is the open dimension of Being as a whole which comes to a focus in the ontic." Levin 1987, s. 249.

² "Bodily Comprehension" Schrag 1980, s. 133-141.

³ "Il s'agit d'un savoir qui est dans les mains,..." PP, s. 168.

⁴ PP, s. 168 - 169.

työnnä ja vedä. Käsi kurottautuu ja ojentautuu, eikä vain esineitä kohti vaan ottaa vastaan oman tervetuloitovotuksensa toisten käsitä. Käsi pitää kiinni. Käsi kantaa. Käsi piirtää, otaksuttavasti siksi, että ihminenkin on merkki. Kädet liittyvät yhteen eleeseen, joka vie ihmisen kohti suurta yksinkertaisuutta."¹

Tässä Heideggerilla on mielenkiintoinen viittaus käsien ristimiseen tai yhteen liittämiseen, joka esiintyy monissa uskonnollisissa perinteissä.² Erityisesti intialaisissa uskonnoissa on rikas *mudra*-perinne. Mudraa ei tule nähdä vain symbolisena eleenä, vaan mudra on ele, joka synnyttää ihmisessä halutun kehollisen kokemuksen. Kahden käden yhdeksi liittäminen (ja myös jalan: *lootus*-asento) synnyttää kehollisen kokemuksen erillisyyden päättymisestä. Kehoa ei tällaisessa mudrassa koeta erillisistä osista koostuvana, vaan kokemus on sisäinen ykseyden kokemus. Asennon liikkumattomuus syventää tätä kehollista ykseyden kokemusta. Siksi asennossa viitytään usein pitkään. Oman kehonsa kokeminen ykseydeksi on edellytys itsen ja maailman samuuden kokemiseksi. Eleen ja asennon, siis mudran avulla saatu kehollinen ykseyden kokemus voi syventyä kokemukseksi suhteesta koko olevaan. Heideggerin käsittein kysymys on meditatiivisesta ajattelusta, joka koetaan eletyssä kehossa. Koska kysymyksessä on suhde koko olevaan, on se myös olevan mieleenpalauttamista.

Mudra on hyvä esimerkki siitä, mitä tarkoitan, kun puhun ajattelusta keholla. Se ei ole älyllistä ajattelua ja ymmärtämistä, vaan pyrkimystä mielen tyhjentymiseen ja avoimuuden kokemiseen eletyssä kehossa.

Heidegger kirjoittaa edelleen: "Käden ele kulkee koko kielen läpi ja puhtaimmin silloin, kun ihminen puhuu vaietessaan. <...> Jokainen käden liike kaikissa sen askareissa kantaa mukanaan ajattelun elementin; kaikki käden kannattelema kantaa itseään tässä elementissä. Kaiken käden työn perusta on ajattelu."³ On selvää, että Heidegger ei tarkoita tässä mitään mieleen liittyvää ajattelua, vaan samaa, mitä Merleau-Ponty ajaa takaa: käden toiminta on ajattelua. Käden ja koko kehon toiminnassa, niin kuin Heidegger toteaa, ihminen puhuu vaikenemalla.⁴

OLEVAN MIELEENPALAUTTAMINEN

Olen käyttänyt ajatusta ajattelusta olevan mieleenpalauttamisena jo useasti selittämättä tätä Heideggerin ideaa tarkemmin. Pyrin tässä selittämään, mitä olevan mieleenpalauttaminen tarkoittaa erityisesti tämän tutkimuksen teeman kannalta. Heideggerin käsite *Sein und Zeit*issa on

¹"Wir versuchen hier das Denken zu lernen. Vielleicht ist das Denken auch nur dergleichen wie das Bauen an einem Schrein. Es ist jedenfalls ein Hand-Werk. Mit der Hand hat es eine eigene Bewandnis. <...> Allein das Werk der Hand ist reicher, als wir gewöhnlich meinen. Die Hand greift und fängt nur, drückt und stösst sich nur. Die Hand reicht und empfängt und zwar nicht allein Dinge, sondern sie reicht sich und empfängt sich in der anderen. Die Hand hält. Die Hand trägt. Die Hand zeichnet, vermutlich weil der Mensch ein Zeichen ist. Die Hände falten sich, wenn diese Gebärde den Menschen in die grosse Einfalt tragen soll." WHD, s. 50 - 51.

² Ks. Saunders 1985, s. 41, buddhalaiseen perinteeseen liittyvistä mudran muodoista, jossa kädet liitetään yhteen.

³ "Aber die Gebärden der Hand gehen überall durch die Sprache hindurch und zwar gerade dann am reinsten, wenn der Mensch spricht, indem er schweigt. <...> Jede Bewegung der Hand in jedem ihrer Werke trägt sich durch das Element, gebärdet sich im Element des Denkens. Alles Werk der Hand beruht im Denken." WHD, s. 51.

⁴ Myös Schrag painottaa käden toimintaa kehollisessa ymmärryksessä. Ks. Schrag 1980, s. 135.

Wiederholung ja hän tarkoittaa sillä Ihmisenä olemisen mahdollisuuksien mieleenpalauttamista.¹ Epävarsinaisessa olemisessä Ihminen ei tematisoi olemisen mahdollisuuksiaan, ei siis näe omaa mahdollisuuttaan olla varsinaisesti. Ensiksi on löydettävä vapaus valita.

Olemisen mahdollisuuksien mieleenpalauttaminen on välttämätön tie olevan mieleenpalauttamiselle. Vasta jos ymmärrän kadottaneeni tämän perustavan yhteyden, avoimuuteni, ollessani epävarsinaisella tavalla, voin toiminnallani pyrkiä kohti varsinaisuutta, avoimuutta ja tämän yhteyden kehollista kokemusta.

Myöhemmin *Die Kehre* -teoksessa Heidegger käyttää termiä *einkehren*, joka voidaan tulkita kotiinpaluuna, paluuna johonkin alkuperäiseen. Kieli on se, missä olemisen ja olemisen kutsu ensisijassa tulee artikuloitusti esiin. Kielen ja olevan olemisen tällaista vastaavuutta Heidegger kutsuu *Die Kehressä* ajatteluksi.²

Kieli ei Heideggerille ole kuitenkaan välttämättä puhetta, vaan - kuten jo edellä tuli todetuksi - myös vaikenemista. Kehollisena kokemuksena tällainen ajattelu on siis paluuta olevan olemisen kokemiseen; tällainen ajattelu on kotiinpaluuta siinä mielessä, että ihminen jo alunperin kuuluu tähän yhteyteen, vaikka olisi sen kokemuksena kadottanutkin.

Tämän ajattelun yhteydestä kehollisuuteen, erityisesti käteen, Heidegger kirjoittaa: "Sillä ajattelemisen on varsinaista käsittelyä, kun käsittelyllä tarkoitetaan olemisen olemuksen käsiin joutumista."³ Kaiken käsittämisen perusta on käsi ja käsitteleminen.

Mieleenpalauttaminen viittaa Heideggerilla siihen, mikä on unohdettu, painunut unohduksiin (*Seinsvergessenheit*)⁴, mutta myös siihen, mikä on suljettu ja kuitenkin on perusolemisltaan avoimuutta. Jos Ihminen on Heideggerin käsittein valo (*Licht*), niin ei ole mikään ihme, että hän puhuu peitoista ja pimentymisestä⁵. Se, mikä on painunut unohduksiin, on alkuperäinen kehollinen kokemuksemme yhteydestä olevaan. Maailma on pimentynyt, koska ihmiset ovat kadottaneet yhteytensä siihen, mikä on alkuperäisintä heissä.

Se, että olemme unohtaneet yhteytemme olevaan tarkoittaa, että elämismaailmamme ei ole avautunut transpersoonallisen kokemuksen suuntaan. Elämismaailmamme laatu, sen avoimuus tai sulkeutuneisuus transpersoonallisen kokemuksen suuntaan riippuu kuitenkin meistä itsestämme. Voimme harjoituksen avulla tutkia sitä.

Ego-loginen kehomme on perinteemme painossa kadottanut monia kokemuksellisia tasojaan. Sopeutuessaan Kenen Tahansa kehoksi sen on pitänyt hyväksyä tietyt kehollisen kokemuksen tavat ja hylätä toiset. Liike on kuitenkin avain, jonka avulla voimme avata näitä kehollisia portteja. Liike voi olla tie, jota pitkin kulkiessa saavutaan lopulta portittomalle portille, jonka avaaminen on lopulta kaikkein vaikeinta. Portittomalla portilla - zenin metaforalla - viitataan siihen keholliseen kokemukseen, jossa liikkuja lopulta kohtaa transsendentin ja kokee suhteensa koko olevaan. Tätä

¹ SZ, s. 385.

² TK, s. 40.

³ "Denn das Denken ist das eigenliche Handeln, wenn Handeln heisst, dem Wesen des Seins an die Hand gehen." TK, s. 40.

⁴ EM, s. 19.

⁵ "die Verdüsterung der Welt", EM, s. 29. ED, s. 7.

kohtaamista Heidegger kuvaa "hiljaisuuden värisemättömäksi keskukseksi" ja "avoimuuden valoksi".¹

Heideggerin runollinen kuvaus hiljaisuuden paikan kokemisesta ei ole metafora. Se on kehollinen kokemus, johon mieleenpalauttaminen tähtää.

Liike on avain, joka laukaisee kehollisia kokemushorisonttejamme. Se "laukaisee" mieleenpalautuksen. Tämä muistaminen on muistamista keholla. Käsittelenkin seuraavassa kehomuistia ja sen rakenteita.

KEHOMUISTI

Olen ottanut edellä esiin neljä kokemuksemme tasoa ja kutsunut niitä esiobjektiiviseksi, esipersonaalliseksi, ego-logiseksi ja transpersonaalliseksi kehoksemme. Transpersonaallinen kehon kokemus saavutetaan palauttamalla mieleen aikaisemmat perustavat kokemuksemme. Nämä kokemuksemme ovat jatkuvasti läsnä kehomuistissamme, josta voimme ne palauttaa mieleen.

Kehomuistimme liittyy myös muihin kokemuksiimme. Otan niistä esiin kaksi tarkasteluni kannalta tärkeintä.

EROOTTINEN KEHO

Eroottisella keholla tarkoitan koetun kehomme eroottista aspektia. Siihen liittyvät eroottiset kokemuksemme, joiden kautta tietyt kehon alueet, nk. erogeeniset alueet, painottuvat havainnossamme. Eroottinen kehomme "elävöityy" tietyissä tilanteissa: kosketuksesta, fyysisestä läheisyydestä jne. Merleau-Ponty toteaa, että on olemassa eroottinen ymmärrys, joka eroaa älyllisestä ymmärryksestä siinä, että se ei vaadi pohjakeen mitään käsitteellistä, vaan "ymmärtää sokeasti yhdistämällä kehon toiseen kehoon".²

Sukupuolisuus on hyvä esimerkki siitä, mitä Merleau-Ponty kutsuu "alkuperäiseksi intentionaalisuudeksi". Se on yksi ihmisen alkuperäinen tapa olla suhteessa maailmaan ja toiseen. Saman perusintentionaalisuuden käsitteen kautta voi myös kuvata muita "kehojamme", jotka voimme käsitteellisesti erottaa toisistaan.

¹ ZSD, s. 75.

² "<...> comprend aveuglement en reliant un corps à un corps." PP, s. 183.

TAITOIHIN LIITTYVÄ KEHO

Voimme kutsua taitoihin ja tottumuksiin liittyväksi kehoksemme sitä kehoa, joka toimii silloin, kun teemme mitä tahansa opittua. Kirjoittaessamme koneella tai ajaessamme polkupyörällä kehomme muistaa, mitä tehdä. Käsittelin jo sitä länsimaiseen metafysiikkaan liittyvää harhaa, että ihmiskeho ei kykene ajattelemaan tai muistamaan mitään. Taidoissamme ja tottumuksissamme kuljemme nimenomaan kehomuistimme ja kehomme ajattelun varassa. Toiminta ei käy reflektion kautta. Tämä ei tarkoita, että taidoissamme toimintamme olisi refleksinomaista. Refleksihän vastaa tilanteeseen aina samalla tavalla. Taidoissa tästä ei ole kyse. Keho kykenee vastaamaan uusiin tilanteisiin luovalla tavalla. Tässäkin mielessä kehon taitava toiminta on luovaa ajattelua ilman tietoista reflektiota.

Taitavaan liikkeeseen liittyy tietty kehollinen kokemus. Rutiininomaista, totuttua liikettä tehdessämme kehollinen kokemus ei useinkaan asetu tarkastelumme kohteeksi. Urheilijalle tai tanssijalle tämä on kuitenkin hyvin tärkeä kehollisen kokemuksen taso. Olen jo puhunut tästä kehollisen kokemuksen tasosta edellä, kun käsittelin kehontietoisuutta ja jaoin sen edelleen erilaisiin kehollisiin kokemushorisontteihin, jotka liittyvät liikkuvuuteen, notkeuteen, voimaan, nopeuteen jne. Tämän kokemuksen tasomme merkityksen huomaamme parhaiten silloin, kun esimerkiksi sairaus riistää sen meiltä. Palaan tähän kokemukseen, kun olen käsitellyt eroottista kehomuistia, koska näillä kokemuksilla on paljon yhteisiä rakenteita.

KEHOMUISTIN TASOJA

Edward S. Casey määrittelee kehomuistin näin: "Kehomuisti viittaa siihen muistiin, joka on kehollemme luontainen ja liittyy sen omiin muistamisen tapoihin: kuinka muistamme kehossamme, kehomme avulla tai sen kautta."¹

Istuessamme tuoliin, jonka selkänojaa vasten olemme tottuneet pitämään tyynyä, ja jos joku on muuttanut sen asentoa, kehomme huomaa sen välittömästi. Kyseessä on **(i) taitoihimme ja tottumuksiimme liittyvä kehomuistimme**. Vaikka emme olisi vuosiin koskeneet polkupyöräämme ja otamme sen nyt käyttöön, meidän ei tarvitse tehdä mitään tietoista pyörän ajamisen mieleenpalauttamista tai uudelleen opettelua. Kehomme muistaa polkupyörälläajamisen taidon välittömästi.

Yksi kehomuistin perustava rakenne Casey'n mukaan onkin sen *esireflektiivisyys*.² Tämän tyyppinen kehomuisti on läsnä tai toiminnassa kaikessa käyttäytymisessä. Casey toteaaakin sen konstituoivan "kehon kehon"³, sen kehollista intentionaalisuutta yhdistävä kudoksen, joka sitoo meidät ensisijassa maailmaan.

¹ "Body memory alludes to memory that is intrinsic to the body, to its own ways of remembering: how we remember in and by and through the body." Casey 1987, s. 147.

² Casey 1987, s. 149.

³ "the body of the body", Casey 1987, s. 149.

Casey erottaa taitoihin ja tottumuksiin liittyvän kehomuistin rakenteita seuraavasti: (1) aktiivinen menneisyyden läsnäolo kehossa, mikä (2) antaa informaatiota senhetkiselälle keholliselle toiminnalle ja kehomuisti toimii (3) tehokkaasti, orientoivasti ja säännönmukaisesti.¹

Toiseksi Casey erottaa (ii) **traumaattisen kehomuistin**, joka liittyy traumaattisiin kehonkokemuksiimme ja kolmanneksi (iii) **eroottisen kehomuistin**.

Eroottinen kehomuisti

Tarkastelen seuraavaksi tarkemmin eroottisen kehomuistin rakenteita. Aloitan sen esimerkillä. Seuraavan tapainen kokemus lienee monille tuttu. Joku koskettaa vaikkapa kaulaani tai olkapäästäni tai korvaani täsmälleen tietyllä tavalla. Se palauttaa mieleeni välittömästi sen tavan, miten tietty henkilö, joka oli minulle joskus läheinen, kosketti kaulaani usein suudellamme. Hellä, tietyllä tapaa voimakas kosketus, jossa sormenpää tuntuvat enemmän kuin kämmen. Tämä erityinen kehollinen muisto tuo mukanaan myös sen läheisyyden tunteen, jonka joskus tunsin tuota henkilöä kohtaan. Silloin hetkellinen haikeus saattaa vallata mielen.

Millaisia rakenteita voimme tästä löytää? Casey löytää niitä neljä. 1) Kehollisen muiston synnyttää tietty kehon paikka ja siihen aiheutettu kosketus. 2) Kehon muistama kosketus on luonteeltaan mielihyvää tuottava. 3) On vaikea erottaa minua, jota kosketetaan, ja häntä, joka koskettaa. Muodostamme tavallaan tämän kosketuksen synnyttävän parin. 4) Kehollinen muisto syntyy "jäljittelyn" aiheuttamana. Esimerkissä samaa kehoni osaa kosketetaan ja kosketus tuntuu samalta.²

Edelleen Casey erottaa erottisesta kehomuistista kuusi yleisempää rakennetta³:

1) *Moniaistisuus*. Eroottista mielihyvää voidaan saada aikaan monen aistin alueella. Myös eroottinen kokeminen toimii monen aistin alueella.

2) *Epäintensivisyys*. Eroottisen mielihyvän kokemus ei muistaessani sen ole enää yhtä voimakas kuin alkuperäinen.

3) *Interpersoonallinen aspekti*. Mieleemme voi palautua toisen henkilön keho tai jokin sen osa tai sen asento, mutta voimme keskittyä myös omaan kokemukseemme suhteessamme häneen. Kaikki nämä tilanteet näyttävät kuitenkin aina kokonaisuuden valossa, joka on "minä ja sinä suhteessa toisiimme".

4) *Ennakoiva dimensio*. Casey mukaan eroottisen kehomuistin erityinen piirre on, että se heittää, projektoi meitä eteenpäin kohti tulevia aistinautintoja, jotka saavat muotonsa menneisyyden kokemuksistamme. Eroottiset kehomuistomme siis herättävät meissä projektin noiden muistumien uudelleen kokemiseksi.

¹ Casey 1987, s. 149 - 151.

² Casey 1987, s. 158 - 159.

³ Casey 1987, s. 159 - 162.

5) *Läheinen / kaukainen alkuperä*. Jaamme eroottiset kehomuistomme niihin, jotka ovat alkuperältään kaukaisempia tai läheisempiä. Casey kirjoittaa: "Läheiset eroottiset muistot edelleen resonovat tai syyhyävät meissä. Mitään kokemuksen uudistamista tai mieleenpalauttamista ei tarvita. Ne ovat lyhytaikaisen muistin kehollinen vastine, jotka molemmat muodostavat aktiivisen kehän eletyn nykyisyyden ympärille. Tunne on kuin kokonainen äskettäinen episodi edelleen tapahtuisi jossakin kehollisen elämämme marginaalissa. Sen seurauksena monet sen tunteelliset ja aistilliset erityispiirteet tuntuvat vielä jatkuvan."¹ Pitkäaikaiset eroottiset muistot sitävastoin latistuvat. Vain vaivoin ne voidaan palauttaa mieleen, ja silloinkin niiden eroottinen lataus on kadonnut.

6) *Kerrottavuus*. Eri kokemuksilla on erilainen suhde kerrottavuuteen. Taitoihin ja tottumuksiin liittyvä kehomuisti ei mitenkään houkuttele kokemuksista kertomaan. Niiden oleminen on enemmän niiden toimivuudessa kuin kerrottavuudessa.² Traumaattiset kokemukset sitävastoin luonnostaan vaativat tulla kerrotuiksi. Ihmiset hyvin usein kertovat erilaisia traumaattisia kokemuksiaan. Se on tärkeää niiden "käsittelyssä". Eroottinen kehomuisti sijoittuu Casey'n mukaan jonnekin ääripäiden välille. Eroottiset muistot eivät vastusta kertomista, mutta niitä ei ole sisäisesti pakko kertoakaan. Kokemus on sellaisenaan riittävä.³

Liikuntaan liittyvä virittyneisyys

Nyt kun olen käsitellyt eroottista kehomuistia, voin ottaa esiin yhden liikkumiseen liittyvän kokemuksen tason, jonka keho muistaa samoin kuin eroottisen kokemuksen.

Kehontietoisuutemme on yleensä heikko. Normaalisti ylitämme kehomme, kuten Sartre on osoittanut. Monasti vasta sairastutuamme löydämme kokemuksestamme sen tason, jota olen kutsunut kehontietoisuudeksi. Valaisen asiaa esimerkillä. Tutkikaamme sisäistä kokemustamme, erityisesti egotietoisuutemme tunnehorisonttia. Jos emme ole minkään erityisen tunteen vallassa, emme löydä mitään tunnekokemuksemme tasoa. Introspektiomme ei paljasta meille mitään tunnehorisonttia. Toisaalta, jos olemme täynnä vihaa tai rakkautta, tämä tunnehorisonttimme osa on meille läsnä hyvin konkreetisella kokemuksellisella tavalla. Samoin on kehontietoisuuden laita. Yleensä emme ole lainkaan tietoisia koko kehontietoisuudestamme. Toisin sanoen, jopa se "tausta", jota vasten jokin erityisestä liikkeestä syntyvä kehollinen kokemus piiryy, pysyy meiltä hämärän peitossa. Erilaiset egotietoisuuden horisontit, jatkuva sisäinen puheemme, tunnetilamme jne. peittävät kehontietoisuutemme näkyvistä. Kehomme jää tässä suhteessa hämäräksi.

Voimme ottaa esiin kaksi rakennetta, jotka liittyvät kehontietoisuuteemme ja liikunnan eri projekteihin. (1) Voiton projektissa, jossa liike on Merleau-Pontyn käsittein konkreettista, keho "ylitetään" Sartren kuvaamalla tavalla. Juostessa tai heitettäessä keihästä mieli ei suuntaudu kehoon, vaan ylittää sen, suuntautuu sen sijaan liikkeen päämäärään tai sen konkreettiseen taustaan. Kilpailun jälkeen, kun ulkoista päämäärää ei enää ole, mieli palaa kehoon, eikä ylitä sitä enää.

¹ "Recent erotic memories often still resonate or 'tingle' in us. No revival is needed, much less any recollection: they are the bodily equivalent of primary memory, both forming an active fringe around the living present. It is as if an entire recent episode were still happening at some margin of our corporeal life; consequently, much of its affective and sensory specificity is also felt to be continuing." Casey 1987, s. 161.

² Casey 1987, s. 162.

³ Casey 1987, s. 162.

Silloin esimerkiksi kilpailun aikana saatu vamma voi vasta tulla tietoisesti tarkastelluksi. Kun keho on vielä "kuuma" suorituksesta, kehontietoisuus tulee voimakkaasti esiin. Voiton projektissa käydään siis kahden vaiheen läpi: suorituksen aikana keho ylitetään, suorituksen jälkeen "palataan" kehoon.

(2) Toinen rakenne tulee esiin joissakin ilmaisun ja itsen projekteissa, joissa liike on abstrakti, ja joiden tausta on silloin keho itse. Silloin kehoa ei liikkeen missään vaiheessa ylitetä, vaan kehon tuntemuksiin keskitytään huolella alusta alkaen. Hyvä esimerkki tästä on taizi tai jooga. Kehontietoisuus voidaan saada erittäin herkäksi, jolloin voidaan tulla tietoisiksi jopa kehon sisäisistä energiavirtauksista¹.

Pitkäaikaisen liikunnan jälkeen, kun istumme alas ja kuuntelemme kehoamme, voimme tuntea kehontietoisuutemme hyvin intensiivisellä tavalla. Tämä intensiivinen kehon liikkeen synnyttämä kokemus voi olla niin kattava, että se peittää alleen ego-tietoisuuden. Läsnä on vain voimakas kehon tietoinen kokemus. Pentti Teräslinna kuvaa tätä kokemusta näin: Se on "transsendentti elämys, jossa mikään ei tunnu olevan havainnon kohteena <...> Tämä henkinen tila ei sisällä mielikuvia eikä tahtomista. Se on pisimmillään itseyden yksilöllisyyden hetkellinen luonnon yhteyteen menetys, oman tajunta-ajan säästö. Se on täydellistä henkistä lepoa ilman unta."²

Kuvauksesta käy ilmi egotietoisuuden painuminen kokemuksessa taka-alalle, kokemus ei sisällä mielikuvia eikä tahtomista. Kun näin käy se koetaan itsen kadottamisena "luonnon yhteyteen". Tietysti tämäkin kokemus voi vaihdella intensiteetiltään, mutta siihen yleensä aina liittyy tunne rentoudesta, lihasten energisyydestä, mielihyvistä ja mielen tyyneydestä.

Heideggerin käsite virittyneisyys, *Befindlichkeit*, tarkoittaa mielentilaa, joka Ihmisellä joka hetki on.³ Ihminen on joka hetki virittynyt jollain tapaa. Tämä virittyneisyys ilmentää sitä, miten Ihminen maailmassa on. Ontologisesti tämä virittyneisyys on ihmiselle sellainen alkuperäinen olemisen tapa, joka avaa ihmisen itselleen. Tämä tapahtuu ennen mitään tietoon ja tahtoon liittyvää. Liikuntaan liittyvä ja sen jälkeinen virittyneisyys on edellä kuvattu intensiivinen tunne kehontietoisuudesta, joka koetaan mielen tyyneytenä, sisäisenä hiljaisuutena. Tässä tilassa kehollisuus avautuu ihmiselle - ei inhona, kuten Sartre väittää⁴ - vaan puhtaana positiivisuutena, ilona ja mielihyvänä.⁵

Tämä kokemus siirtyy ihmisen kehomuistissa ja projektoi häntä eteenpäin aivan kuten eroottinen kehomuisti kohti uusia samanlaisia kokemuksia.

Heidegger näkee virittyneisyydellä useita merkityksiä, joista tämän analyysin kannalta ovat keskeisiä seuraavat. Virittyneisyys osoittaa Ihmiselle hänen mahdollisuuksiaan.⁶ Virittyneisyys paljastaa Ihmiselle hänen maailmassa olemisensa tavan niin, että hän voi kääntyä kohti itseään tai pois itsestään.⁷ Se siis heittää häntä projekteihin ja nimenomaan sellaisiin projekteihin, jotka saavat

¹ Esimerkiksi taizissa voidaan kokea *qi*, elämänenergian virtaus. Ks. esim. Klemola 1989, s. 51, 165 - 178.

² Teräslinna 1979, s. 34.

³ SZ, s. 134.

⁴ EN, s. 387.

⁵ Tähän kokemukseen liittyy liikuntaan luonnollisella tavalla liittyvä meditatiivisuus.

⁶ SZ, s. 148.

⁷ SZ, s. 341.

merkityksensä tämän virittyneisyyden kautta.¹ Liikunnassa syntyvä virittyneisyys avaa ihmiselle hänen kehollisen olemisensa positiivisella tavalla. Se kääntää hänen huomionsa kehontietoisuuteen ja siihen liittyvään mielihyvän kokemukseen. Sen kautta liikunta voi avata uuden suhtautumistavan siihen kehon kokemukseen, jota olen edellä kuvannut ego-logiseksi kehoksemme, Kenen Tahansa kehoksi. Eri liikunnan projektit avaavat tätä kehoamme tai jähmettävät meitä siihen.

Taitoihin liittyvä kehomuisti

Aivan kuten eroottisen kehomme kokemukset, myös taitoihin liittyvät keholliset kokemukset välittyvät tähän hetkeen kehomuistin avulla. Taitoihin liittyvän kehomuistin rakenteet ovat hyvin samankaltaisia eroottisen kehomuistin rakenteisiin nähden.

Taitavaan liikkeeseen ja liikkumiseen yleensä liittyvä kehollinen kokemus on luonteeltaan myös eteenpäin projektoivaa. Se saattaa olla jopa liikuntaharrastusta ylläpitävä tekijä. Samoin liikuntaan liittyvä kehontietoisuuden kokemus "kulkee mukamme" voimakkaana, Casey'n sanoin "syhyää" kehossamme pitkään vielä lopetettuamme liikkumisen. Lihasten lämpö ja energisyys vasta hiljalleen tasaantuu: siihen liittyvä kehontietoisuus painuu hiljalleen taka-alalle ja ego-tietoisuus nousee pintaan.

Kuten eroottisen kokemuksen kohdalla, myös taitoihin liittyvä kehomuisti välittää mielihyvän tunteen. Käsittelin tätä jo edellä, kun puhuin liikuntaan liittyvästä virittyneisyydestä.

Kehollista kokemusta on vaikea käsitteellistää. Erilaisiin liikkumisen tapoihin liittyy aina erilainen kehollinen kokemus, joka sekin eroaa eri liikkujien kohdalla. Siihen vaikuttavat liikkeen syntymisen tapa, siis juurtuuko se maahan vai kohoako se ilmaan; mitkä lihakset työskentelevät; voiman ja rentouden suhde; liikkujan harjoittelun määrä, jne. Eri liikkumisen tapoihin ja liikuntamuotoihin liittyvien kehollisten kokemusten esiin saaminen vaatisi yksityisiin lajeihin liittyvien kokemuksellisten tasojen fenomenologisen tarkastelun. Edellä olen tuonut esiin vain sen yleisen virittyneisyyden, joka liittyy kaikkeen liikuntaan.

KEHOMUISTIN RAKENTEITA

Casey tuo esiin kolme kehomuistin yleistä piirrettä, jotka ovat (i) marginaalisuus, (ii) tiheys- ja syvyys- ulottuvuudet ja (iii) menneisyyden ja nykyisyyden yhteisläsnäolo.

(i) Marginaalisuus

Keholliset muistot asettuvat kokemuksessamme yleensä marginaaliin siinä mielessä, että ne eivät väritä elämäämme samalla tavalla kuin muunlaiset muistot voivat tehdä. Tämä ei tarkoita, että ne eivät olisi tärkeitä, päinvastoin. Ne ovat merkityksellisiä elämässämme mutta marginaalisina ne kuuluvat olemisemme piilevään tai hiljaiseen ulottuvuuteen, kuten Casey toteaa.²

¹ SZ, ss. 137 - 138.

² Casey 1987, s. 163.

Parhaiten tämä marginaalisuus tulee esiin taitoihin liittyvässä kehomuistissamme. Se on olemassa "taustana" perusintentionaalisuutenamme eikä tämä tausta vaadi mitään aktiivista mieleenpalauttamista.¹

Casey näkee marginaalisuuden eroottisen kehomuistin yhteydessä merkitsevän sitä, että ne osoittavat ennemminkin kohti mahdollisuuksia kuin suuntautuvat aktuaaliseen. Casey kirjoittaa: "<...> ne osoittavat meille uusia ulottuvuuksia ja uusia suuntia kehollisessa olemisessamme: ja tämän vuoksi pelkän mielihyvä aspektin lisäksi niillä voi olla vapauttava merkitys."² Marginaalisuutta on myös mahdollisuutena oleminen, se "<...> ei-vielän horisontti, joka ympäröi aktuaalisuuteen sidottua elämäämme."³ Eroottinen kehomuisti projektoi meitä kohti tulevaisuutta. Heideggerin käsittein olemme eteenpäinrientävästi kohti vielä toteutumattomia mahdollisuuksia.

Taitoihin liittyvät keholliset kokemukset voimme tulkita tässäkin suhteessa marginaalisiksi. Erityisesti liikunnan eri projekteihin liittyneinä ne osoittavat meille erilaisia mahdollisuuksiamme. Nämä mahdollisuudet liittyvät liikkumisemme projektin luonteeseen. Eri projekteissa tutkimme erilaisia mahdollisuuksiamme, jotka vaihtelevat suorituskykymme rajojen tutkimisesta ilmaisullisten mahdollisuuksien tutkimiseen ja aina pyrkimyksiin löytää se, mitä Heidegger kutsuu varsinaiseksi itseksi.

(ii) Tiheys ja syvyys

Casey toteaa kehon muistojen olevan laadullisesti tiheitä, painavia, mutta vaikeasti ilmaistavissa verbaalisesti.⁴ Ne ovat merkityksellisiä mutta mykkiä. Siksi niiden rakenteita on vaikea tuoda esiin. Tämä niiden mykkyys, hämäryys tai läpinäkymättömyys ei ole vain jotakin negatiivista vaan niiden olennainen piirre.

Kehon muistojen koettu läpinäkymättömyys on kehon oman läpinäkymättömyyden heijastusta.⁵ Fenomenaalinen, koettu kehomme on kaikissa toiminnoissamme sisäisesti läpinäkymätön. Casey toteaa kehomme olevan niin syvästi kietoutunut erilaisiin toimiinsa, että se ylittää itsensä ja on tuntematon itselleen.⁶ Sartre korostaa samaa asiaa toteamalla, että keho on yhtäaikaan toiminnan keskus⁷ ja se, mikä toiminnassa "ylitetään"⁸. Esimerkiksi kirjoittaessani tätä tekstiä, en ole yleensä lainkaan tietoinen kehostani, vaan niistä ajatuksista ja lauseista, jotka paperille piirtyvät. Kehoni ylittyy ja jää hämäräksi.

Kehon muistot ovat samalla tavalla läpinäkymättömiä. Kirjoittamisen taitoni on läsnä nyt, mutta täysin nimettömänä, hämäränä, alkuperältään tiedottomana. Kehon muistojen läpinäkymättömyydellä on Casey mukaan kuitenkin tietty rakenne: syvyyden rakenne. Casey

¹ Casey 1987, s. 164.

² "<...> they suggest to us new dimensions and new directions in our bodily being: this is why, beyond their purely pleasurable aspect, they can play a liberating role." Casey 1987, s. 164 - 165.

³ "horizon of the not-yet encircling our actuality bound lives". Casey 1987, s. 165.

⁴ Casey 1987, s. 165.

⁵ Casey 1987, s. 166.

⁶ Casey 1987, s. 166.

⁷ EN, 368.

⁸ EN, 374.

kirjoittaa: "Kehon muistot ilmenevät jatkuvasti katoavina kehollisen eksistenssimme syvyyteen - ja yhtä jatkuvasti kummuten esiin samasta syvyydestä. Tämä on erityisen selvää taitoihin ja tottumuksiin liittyvien muistojen kohdalla, jotka ilmestyvät esiin kehomme pimeästä sisäisyydestä ja katoavat sinne."¹ Sama pätee muihinkin kehomme muistojen muotoihin. Casey päätyykin toteamaan, että kaiken tyyppisillä kehon muistoilla on syvyyden ulottuvuus.²

Syvyys ei tarkoita tässä tietenkään etäisyyttä, joka erottaa kaksi paikkaa toisistaan. Se ei ole mitään mitattavissa olevaa, vaan se on kokemukseen liittyvä ulottuvuus, eräänlainen sisäinen horisontti, josta erilaiset kehon muistot pulpahtavat esiin. Jos kehon ulkoista liikettä voidaan kuvata horisontaaliseksi, sen sisäinen syvyys on vertikaalisuutta, ja kehomuisti on "syvyysorientoitunutta", kuten Casey toteaa.³ Voimme kuvitella tähän vertikaaliorisonttiin jonkinlaisen järjestyksen. Silloin sen yläpäähän, lähemmäksi meitä, asettuisi taitoihin ja tottumuksiin liittyvä kehomuistimme ja alapäähän, syvimmälle, esiobjektiivisen kehomme muisto, joka vain hyvin harvoin tulee esiin. Siinä Caseyä mukailten voimme astua oman kehollisen olemisemme syvällisyyteen.⁴

(iii) Menneisyyden ja nykyisyyden yhteisläsnäolo

Kehon muistot aktualisoituvat nykyisyydessä, jossa niiden kautta menneisyys on läsnä. Casey mukaan voidaan nähdä kaksi tapaa siinä, millaista tämä menneisyyden läsnäolo on. Ensimmäinen tapa tulee esiin taitoihin ja tottumuksiin liittyvässä kehomuistissa, jossa menneisyys ikään kuin valloittaa nykyisyyden⁵. Tässä nykyisyys näyttäytyy vain menneen toistona. Kun kirjoitan koneella, toistan sitä, mitä olen joskus oppinut. Toisaalta esimerkiksi erottisessa kehomuistissa menneisyys on enemmänkin materiaalia nykyisyyttä ja tulevaisuutta varten.⁶ Menneisyys tavallaan virtaa nykyisyyden ohi kohti tulevaisuutta, koska nämä keholliset kokemuksemme heittävät meitä uusiin projekteihin, joiden motivoimina voimina ne toimivat.

Kehomuistissa menneisyys on välitön, nykyisyyttä konstituiva tekijä, joka ei toimi minkään mielikuvan tai sanan välityksellä.⁷ Se on läsnä välittömästi.

TRANSPERSONALLINEN KEHO ESIOBJEKTIIVISEN KEHON MIELEENPALAUTTAMISENA

Olen tulkinnut edellä transpersoonallisen kehon kokemuksen olevan esiobjektiivisen kehon kokemuksen mieleenpalauttamista. Koska aiheeni on, miten liike voi toimia tienä kohti varsinaisen itsen kokemusta, tutkin tässä tarkemmin tätä mieleenpalauttamista.

¹ "Body memories manifest themselves as continually vanishing into the depths of our corporeal existence - and just as continually welling up from the same depths. This is particularly evident in the case of habitual body memories, which arise from and disappear into the dark interiority of our own bodies." Casey 1987, s. 166.

² Casey 1987, s. 166.

³ Casey 1987, s. 167.

⁴ Casey 1987, s. 167.

⁵ Casey 1987, s. 167.

⁶ Casey 1987, s. 167.

⁷ Casey 1987, s. 168.

ESIOBJEKTIIVINEN KEHO HORISONTTIEN YHTEYTENÄ

Otan aluksi esimerkin kokemuksesta, jota tarkoitan. Douglas Lee kirjoittaa omasta kokemuksestaan taizin oppikirjassa näin: "Näin kaiken kristallinkirkkaasti. Olin hyvin rento. Olin itse liikkeen virtaus. Ei ollut mitään minua toisaalta ja liikkeen virtaa toisaalta. Liike oli ponnistuksetonta. Ei ollut mitään tunnetta ajasta, yrityksestä, tekemisestä tai hallitsemisesta. Lensin. Rauhan tunne oli ehdottomasti ylitsevuotava. Kun kokemus loppui, itkin. En koskaan halunnut sellaista hiljaisuutta ja selkeyttä kuin silloin."¹

Vähän myöhemmin Lee analysoi kokemuksestaan esiin seuraavia piirteitä: "<...> on tunne että on vakaasti yhdessä paikassa ja kuitenkin samanaikaisesti kaikkialla. <...> on sekä tekemisen että ei-tekemisen tunne, kaikki tapahtuu ilman ponnistusta. <...> on tunne että liikkuisi ja ei liikkuisi, että olisi paikallaan täysin hiljaa. <...> on tunne että aikaa ei ole. <...> on tunne että kukaan ei hallinnut liikettä, mutta kaikki tapahtui kuitenkin täydellisesti. <...> on ylitsevuotava rauhan, tyyneyden ja hiljaisuuden tunne, tunne jota ei voi kuvata."²

Urheilijat kuvaavat vastaavia kokemuksia huippukokemuksiksi. Voiton projektissa ne ovat satunnaisia, yllättäviä kokemuksia, joita ei tavoitella. Itsen projekteissa niihin pyritään. Väitteeni on, että näissä kokemuksissa kyseessä on transpersoonallinen kehon kokemus, joka voidaan tulkita esiobjektiivisen kehon mieleenpalauttamiseksi. Näitä kokemuksia ja niihin pyrkimisessä käytettyjä menetelmiä tutkimalla on mahdollista löytää niitä metodeja, joita on olemassa tämän kokemuksen saavuttamiseksi. Ne ovat siis menetelmiä, joilla pyritään kohti varsinaista itseä.³

Leen kuvauksessa tulevat esiin samat rakenteet, joita olemme löytäneet esiobjektiivisessä kehon kokemuksessamme. Näistä keskeisimmät ovat: (i) egon kadottaminen. Koska kokemuksessa ei ole egoa, ei ole kokemusta mistään liikkeen synnyttäjistä, jolloin liike tuntuu "ei-liikkeeltä". (ii) Samoin kun egotietoisuutta ei ole, voi syntyä tunne siitä, että kokija on "kaikkialla" siinä mielessä, että kokemuksen keskus puuttuu. Hän on osa olevaa kokonaisuutena, josta egotietoisuus ei vielä häntä erota. (iii) Edelleen, egotietoisuuden puuttuessa ei ole koettua aikaa. (iv) Kokemukseen liittyy myös rauhan ja hiljaisuuden tunne. Hiljaisuudenhan Heidegger selittää juuri olevan ääneksi.

Kaikki tämä on luonnollista siksi, että esiobjektiivinen keho on se, jossa **egotietoisuuden ja kehontietoisuuden horisontit ovat vielä yhtä**. Kehontietoisuuden ja egotietoisuuden horisonteista kehontietoisuus on ajallisesti primääri. Aivan aluksi lapsi on kokemuksessaan välittömästi olevan yhteydessä. Vasta myöhemmin muodostuu ego-tietoisuus ja hiljalleen perustava yhteytemme

¹ "I could see everything with crystal clarity. I was loose and relaxed. I was the flow. There was not I on one hand, the flow on the other. The movemet was effortless. There was no sense of time, of effort, of doing or of controlling. I was flying. The peace was absolutely overpowering. When the experience ended, I cried. I never desired such silence and such serenity so much." Lee 1976, 154.

² "<...> there is the sense of being stable and fixed in one place and yet being positioned everywhere simultaneously. <...> there is the feeling of doing and not doing, of everything being done with no effort. <...> there is the sense of moving and not yet moving as if one is totally still. <...> there is the feeling of no time. <...> there is the sense that no one was in control and yet everything was done perfectly. <...> there is the absolutely overpowering and overwhelming feeling of peace, silence and serenity, a feeling that is indescribable." Lee 1976, 154.

³ Tapio Koski analysoi tutkimuksessaan (1990c) itsen projektien menetelmiä. Erityisesti jooga, budo ja dervissien tanssi ovat hänen tutkimuskohteenaan.

olevaan painuu egotietoisuuden rakenteiden alle. Mutta tämä ei tapahdu lopullisesti, sillä tämä yhteys voidaan palauttaa mieleen erilaisen harjoituksen, tai se voi palautua mieleen spontaanisti.

On luonnollista, että tässä mieleenpalauttamisessa kehon liike on tärkeä, koska fyysinen harjoitus herkistää kehontietoisuuttamme ja tavallaan hämärtää ego-tietoisuuttamme, työntää sen taka-alalle. Egon hämartyminen avaa meitä alkuperäiselle keholliselle kokemuksellemme olevan yhteydestä.

Tämän luvun alussa toin esiin sen Levinin ajatuksen, että liikkumisemme kenttä on osa koko olevan kenttää. Tällöin oleva aina ilmenee liikkeissämme ja jos tematisoimme oman liikkeemme tästä näkökulmasta, voimme liikkeen avulla syventää ymmärrystämme olevasta. Levin puhuu Heideggeria mukaillen olevan kutsusta, johon voimme vastata.¹

On selvää, että egon rakenteiden on oltava jo muodostuneet, että olemme kehittyneet ihmisiksi, jotta voisimme palauttaa esiobjektiivisen kehon kokemuksen mieleemme. Vasta egon rakenteiden kehittyttyä voimme tematisoida tuon kokemuksen omana alkuperäisenä kokemukseksi, josta olemme irtautuneet, josta olemme "pudonneet pois". Toisin sanoen, transpersoonallinen kehon kokemus, jota siis esiobjektiivisen kokemuksen mieleenpalauttaminen on, edellyttää kaikkia geneettisesti edeltäviä kehon kokemuksen tasoja: esiobjektiivista, esipersoonallista ja egologista.

Heidegger tulkitsee meditatiivisen ajattelun olevan mieleenpalauttamisena.² Tässä tämä ajatus tulee tulkituksi hyvin konkreettisesti mielessä. Ajattelu on esiobjektiivisen kehonkokemuksen mieleenpalauttamista, kehon, joka olemuksellisesti on vielä olevan yhteydessä. Tämä olemisen tapaamme kuuluva yhteys ei tietenkään katoa minnekään. Se vain painuu unohduksiin epävarsinaisessa tavassa kokea maailmassa oleminen. Tässä maailmassaolemisen tavassa ajattelu on sitä, mitä Heidegger kutsuu laskevaksi tai diskursiiviseksi ajatteluksi.

Otin lähtökohtaesimerkikseni taizin opettajan kokemuksen. Miten edellä tekemäni tulkinta sopii filosofiaan, johon taizi itsen projektina perustuu? Ymmärtääkseni hyvin. Taizin harjoittelun päämäärää kuvataan monissa oppikirjoissa taolaisin käsittein³. Olen tulkinnut edellä transpersoonallisen kokemuksen, johon siis taizissakin pyritään, eräänlaisena alkuun palaamisena. Taolaisen filosofin Chuangtsen mukaan viisas viljelee luontoaan ja "<...> tulee yhdeksi Alun kanssa. Tästä yhteydestä syntyy tyhjiys. Tämän tyhjiyden myötä syntyy suunnattoman suuri. <...> Tätä kutsutaan salaperäiseksi voimaksi. <...> Se on samaistumista suureen virtaan."⁴

Vielä parempi esimerkki on Chuangtsen seuraava kuvaus, jossa kuvataan täydellistä tietoa: "Muinaiden viisaiden tieto oli täydellistä. Kuinka täydellistä? Aluksi he eivät tieneet, että oliota oli olemassa. Tämä on täydellistä tietoa eikä siihen voi lisätä mitään. Seuraavaksi he tiesivät, että oliota oli, mutta he eivät erotelleet niitä. Seuraavaksi he tekivät erotteluita niiden välillä, mutta eivät vielä

¹ Levin 1985, s. 102.

² Vrt. Islamilaisessa mystiikassa kokemuksellinen yhteys Jumalaan tulkitaan myös mieleenpalauttamisena. Sufien harjoitus: *dhikr*, tarkoittaa Jumalan mieleenpalauttamista. Ks. esim. Trimmingham 1973.

³ Ks. esim. Gortais 1981. Klemola 1990.

⁴ "becomes identified with the Beginning. Being thus identified, there comes emptiness. With this emptiness, there comes vastness. <...> This is called the Mysterious Power <...>. It is identification with the great flux." Giles 1926, s. 144. Sitaatti teoksesta Fung 1983, s. 242.

lausuneet arvostelmia niistä. Arvostelmien lausumisen myötä Tao haavoittui. Taon haavoittumisen myötä yksilölliset edut astuivat voimaan." ¹

Perinteisesti Chuangtsen katsotaan esittävän legendaarista kuvausta ihmiskunnan synnystä. Kohdallisempi tulkinta on mielestäni, että Chuangtsen kuvaus nähdään ihmisen tietoisuuden synnyn kuvauksena. Kyseessä on silloin kuvaus siitä, miten ihmisen elämismaailma saa muotonsa. Kuvaus lähtee liikkeelle, tulkintani mukaan, puhtaasta esiobjektiivisen kehon kokemuksesta, jossa ei vielä tiedetä, että olioita on olemassa, koska ei ole mitään tietävää subjektia. Kuvauksen edetessä egotietoisuus hiljalleen syntyy ja alkaa lopulta muodostaa arvostelmia maailmasta. Näin subjektin ja objektin välinen ero on lopullisesti syntynyt, jolloin oleva on jakaantunut osiin, peittyneet kokonaisuutena: Tao on haavoittunut.

Eräässä taizin oppikirjassa tätä paluuta, johon harjoittelu tähtää, kuvataan näin: "Paluu tyhjyyteen. Kun sisäinen energia on muutettu henkiseksi voimaksi, aukeaa viimeinen taival. Tie ilmenee kokonaisuudessaan. Se on täyden valaistumisen aukeamista ja paluuta alkuperäiseen tyhjyyteen. Tämä muutos on salaperäinen. Tässä tilassa jossa yang on puhdas, tyhjiys ilman muotoa lävistää muodon. Se on ylimmän mestaruuden aste ja ylimmän luopumisen aste."² Se on luopumista siksi, että harjoituksella pyritään pääsemään eroon egosta. Alkuperäinen tyhjiys tulee tässä esiin samalla tavalla olevan kuvauksena kuin edellä olen kuvannut Heideggerin ja zenin yhteydessä.

TRANSPERSONALLISEN KEHOMUISTIN RAKENTEITA

Transpersoonallisen kehomuistin rakenteiden kuvauksessa esteenä on jälleen kehomme "läpinäkymättömyys", "hämäryys". Joitakin olennaisia rakenteita voidaan kuitenkin ottaa esiin. Silmiinpistävää on, että transpersoonallisen kehomuistin rakenteiden kuvaukseen näyttää sopivan hyvin eroottisen kehomuistin rakennekuvaus. Tarkastelen näistä samankaltaisista rakenteista seuraavia: (i) itsen ja maailman / toisen suhteen avautuminen, tunne ei-erillisyydestä, (ii) kokemukseen liittyvä mielihyvän tunne, ilo, (iii) kokemuksen ennakoiva ulottuvuus, (iv) ajallisesti läheinen kokemus "resonoi" kehossa, sitten hiljalleen hiipuu, (v) transpersoonallisen kehon kokemuksen synnyttää jäljittely.

(i) *Ei-erillisyyys*. Eroottisessa kehon kokemuksessa itsen ja toisen suhde "hämärtyy": kokemuksessa koskettaja on yhtä tärkeä kuin kosketettava. Transpersoonallisessa kehon kokemuksessa suhde on minä - maailma. Koska kokemuksessa egotietoisuus jää taka-alalle, häviää myös minän ja maailman, subjektin ja objektin välinen ero.

¹ "The knowledge of the ancients was perfect. How perfect? At first, they did not know that there were things (i.e., they had experience, but no intellectual knowledge). This is the most perfect knowledge; nothing can be added. Next they knew that there were things, but they did not make distinctions between them. Next they made distinctions between them, but they did not yet pass judgments upon them. When judgments were made, Tao was injured. With the injury to Tao, individual preferences came into being." Giles 1926, s. 21 - 22. Sitaatti teoksesta Fung 1983, s. 239 - 240.

² "Le reour à la vacuité. <...> Quand le souffle intérieur a été transformé en puissance spirituelle, apparaît l'étape ultime. La voie se manifeste totalement, c'est l'ouverture à la pleine lumière et le retour à la vacuité originelle. Cette transformation est mystérieuse. Dans cet état où le Yáng est pur, le Vide sans forme traverse la forme. C'est le stade de la maîtrise supérieur et de l'abandon suprême." Gortais 1981, s. 85.

(ii) *Mielihyvä, ilo.* Transpersoonallista kehon kokemusta kuvataan usein eroottisten kokemusten kielellä. Mystiikassa, jossa tavoitteena on olevaan yhtyminen, oli se sitten jumala, tao tai tyhjiys, näitä kokemuksia kuvataan usein eroottisin symbolein ja kielikuvin. Kristillisessä mystiikassa Kristus kuvataan usein rakastajaksi ja mystikko kokee olevansa hänen rakastettunsa.

(iii) *Kokemuksen ennakoiva dimensio.* Totesin jo eroottisen kehomuistin projektoivan meitä eteenpäin kohti kokemuksen uudistamista. Samoin toimii transpersoonallinen kehomuisti. Se palauttaa mieleemme perustavan kuulumisemme olevan yhteyteen ja avaa meidät Heideggerin termein olevan kutsulle (*Ruf*). Se asettaa eteemme valinnan: varsinaisen olemisen mahdollisuutemme epävarsinaisen sijaan. Tämä olevan kutsu on hiljaisuus. Hiljaisuutta kuvataan miltei kaikissa transpersoonallisen kehon kokemuksissa. Heideggerin käsittein voi todeta: hiljaisuudella oleva kutsuu meitä tässä kokemuksessa yhteyteensä. Tämän kutsun ymmärtämistä helpottaa kohdallinen esiymmärryksemme. Tähän esiymmärrykseen palaan myöhemmin.

(iv) *Kokemuksen "resonointi" kehossa.* Aivan kuten eroottinen kehon kokemus, myös transpersoonallinen kehon kokemus on hyvin intensiivinen, ja pysyy kehossamme mukana jonkin aikaa. Se resonoi läpi kaiken tekemisemme ja osoittaa uusia merkityksiä, mutta hiljalleen painuu unohduksiin, jos emme onnistu sitä uudistamaan.

(v) *Kokemuksen synnyttää imitaatio ja toisto.* Totesin eroottisen kehomuistin yhteydessä, miten sen laukaisee **jäljittely**. Sama rakenne tulee esiin useissa liikunnan traditioissa. Imitaatiota käytetään monissa perinteissä tämän kokemuksen tason esiintuomiseksi. Sufimystikoiden, dervissien pyörivä tanssi on koko pyörivän maailmankaikkeuden jäljittelyä.¹ Koko sakralisen tanssin perinteen synty on tulkittu syntyneeksi eläinten jäljittelystä. Steinerilaisessa eurytmiassa jäljitellään luonnon elementtien liikettä.² Jäljittelevää liikettä toistetaan usein pitkiäkin aikoja. Esimerkiksi sufimystikot saattavat pyöriä useita tunteja. Liikkeen toisto synnyttää meditatiivisen kokemuksen.

Katson seuraavassa tarkemmin kiinalaista taizita ja miten siinä jäljittely tulee esiin. Taizissa voi erottaa ainakin neljä imitaation tasoa. Ensinnäkin taizissa koko kehon liike jäljittelee koko olevan liikettä.³ Taolaisessa metafysiikassahan oleva on jatkuvassa muutoksen tilassa. Tätä muutosta kuvataan kahden vastakkaisen voiman, yinin ja yangin, jatkuvaksi muuttumiseksi toisikseen. Taizi on liikkeenä virtaavaa, jatkuvaa muutosta asennosta toiseen. Liikettä ei saa katkaista. Liike voidaan myös analysoida aina kahden vastakkaisen voiman vaihtumiseksi toisikseen: tyhjistä tulee täysi, sulkeutuneesta avoin jne. Taizissa kehon liike siis jäljittelee koko olevan liikkumisen tapaa siten, kuin se tulkitaan taolaisessa filosofiassa.

¹ Ferguson 1976, s. 46. Ks. tarkemmin Trimmingham 1973, s. 195.

² Mielenkiintoisena yksityiskohtana voi mainita antiikin Kreikan transsiin pyrkivän sakralisen tanssin, jossa imitoitiin jumaluuksia ja eläimiä. Gilbert Rouget kirjoittaa tästä: "However, possession dance also had another equally important aspect, which consisted in executing figures that were either symbolic or imitations of the behavior of certain divinities or *daimones*, and also of certain animals. For Plato, to imitate 'Nymphs, Pans, Sileni and Satyrs' by means of mime is the very definition on 'Bacchic dance'. (Laws 815 c)." Rouget 1985, s. 209.

³ Klemola 1990, s. 203 - 204.

Taizissa jäljitellään myös eläinten liikkeitä.¹ Eläinsymboliikka tulee esiin monissa liikkeiden nimissä, kuten "kurki levittää siipensä" tai "käärme ryömiä alas". Eläinten liikettä jäljittelemällä pyritään samaistumaan niihin; eläimellähän ei ole egotietoisuutta, jolloin voidaan sanoa sen olevan jollain alkuperäisellä tavalla olevan yhteydessä.

Kolmas taizin jäljittelyn taso tulee esiin siinä, että liikkeessä pyritään pudottamaan tietoisesti pois ego². Meditaatioissa yleensäkin tekniikkana on, että aluksi egon liikkeet, ajatukset, tunteet jne. pyritään pysäyttämään, pudottamaan pois ja näin häivyttämään egotietoisuuden horisontti. Jos tähän kyettäisiin täydellisesti, jäljelle jäisi vain esiobjektiivinen kehon kokemus, jonka mieleenpalauttamista transpersoonallinen kehon kokemus on. Meditaatioissa pyritään siis tietoisesti jäljittelemään esiobjektiivista kokemusta. Taizissa tämä tehdään liikkumisen yhteydessä, jolloin mieli pyritään tyhjentämään kaikista ajatuksista.

Neljäs jäljittelyn muoto tulee esiin taizin hengitystekniikassa. Oppilasta kehoitetaan opettelemaan nk. sikiöhengitys, jossa hengitystapa on käänteinen normaaliin hengitykseen verrattuna.³ Siinä sisäänhengityksessä vatsa vetäytyy sisään ja uloshengityksessä se työntyy ulos. Tämä liittyy taolaiseen uskumukseen, että sikiö tekee tällaisia hengitysliikkeitä. Sikiöhengityksen avulla elämän vanhenemisprosessi pyritään kääntämään ja palaamaan todella alkuun hyvin konkreettisesti mielessä. Needham toteaa tämän hengitystavan ajatuksena olevan, että palataan kohdussa olevan sikiön hengitystapaan.⁴

Monissa uskonnollis-filosofisissa traditioissa pyritään eroottisten kokemusten kautta yhtymään olevaan. Näin esimerkiksi taolaisuudessa⁵ ja tantrisessa buddhalaisuudessa ja joogassa.⁶

Oleva ja rakkaus

Nämä pohdinnat eroottisen kehomuistin ja transpersoonallisen kehomuistin rakenteiden samankaltaisuudesta herättävät seuraavan kysymyksen. Jos oleva ilmenee, tulee esiin eroottisen kehomuistin rakenteita noudattaen, onko olevalla ja rakkaudella jotakin olemuksellista samankaltaisuutta? Voi jopa astua askeleen eteenpäin ja kysyä, onko oleva rakkaus? Tässä ei ajauduta eroon liikunnan filosofiasta. Päinvastoin. Monissa itsen projekteissa tämä kysymys tulee esiin. Esimerkiksi monet aikidon oppikirjat korostavat aikidoa tienä rakkauden käsitteen ymmärtämiseen.⁷

Lee kirjoittaa taizin oppikirjassaan omia kokemuksiaan analysoidessaan: "Yhdentyminen johtaa harmoniaan. Harmonia on rakkaus. Rakkaus on kaikkeus. Kaikkeus on tai chi. Tai chi on suuri, ylin

¹ Klemola 1990, s. 206 - 207.

² Klemola 1990, s. 66.

³ Klemola 1990, s. 51.

⁴ Needham 1975, s. 144. Ks. myös Girardot 1988, s. 288. Eliade (1989, s. 61) huomauttaa, että taolaiset pyrkivät hengitystekniikoissaan myös jäljittelemään eläinten talviunenaikaista hengitysliikettä.

⁵ Needham 1975, s. 146 - 152.

⁶ Eliade 1989, s. 254 - 267, 412 - 413.

⁷ Ks. esim. Tohei 1972, Ueshiba 1978, 1984.

periaate. Ylin periaate on lähde, alku, kaikkien syiden syy."¹ Tai chi on taolaisuudessa käsite, joka kuvaa kahdesta vastakkaisesta voimasta ja niiden liikkeestä muodostuvaa olevaa. Taizin harrastaja pyrkii mikrokosmoksen ja makrokosmoksen harmoniaan, ja näin kokemaan sen, mitä olen Heideggerin tavoin kutsunut avoimuudeksi olevalle. Tässä avoimuudessa, kuten Lee kuvaa, oleva koetaan juuri rakkautena.

Olevan kuvaus rakkautena tulee esiin yhtenä johtavana teemana maailman mystisessä kirjallisuudessa. Eros on kreikkalaisessa ajattelussa, erityisesti Platonilla, kaiken filosofiankin lähtökohta. Kristillisessä mystiikassa Jumala samaistetaan usein rakkauteen. Mestari Eckhartille kolminaisuuden osista Pyhä Henki oli sama kuin rakkaus.

Mystisessä perinteessä oleva sekä ilmenee rakkautena, että on myös rakkauden kohde. Mystikot ovat kirjoittaneet paljon rakkausrunoja jumalalleen. Dzalal-ad-din Rumi on tästä hyvä esimerkki islamilaisuuden piirissä. Mystiikassa rakkaus jumalaa kohtaan voi ilmetä myös rakkautena toista ihmistä kohtaan, jossa jumaluuden koetaan ilmenevän.

Mystiikkaan liittyvässä rakkauden kokemuksessa on siis monta tasoa. Jos oleva ilmenee rakkautena, ihminen, joka on avoin olevalle, on avoin olevalle kokonaisuudessaan, tuntee olevan rakkauden itsessään. Silloin myös hänen toimintansa perusta, lähde, on tämä rakkaus ja myötätunto. Levin puhuu Heideggerin esiintuoman Huolen rakenteen täyttymisestä.²

Avoimuutemme olevalle heijastuu siinä, miten olemme toisten kanssa. Liikkumisessamme tässä tulee esiin liikunnan intersubjektillinen ulottuvuus. Varsinaisessa olemisessä tämän ulottuvuuden Huoli-rakenne tulee esiin. Tällöin ei ole mikään ihme, että monissa itsen projekteiksi kutsumissani liikuntamuodoissa, joissa pyritään kohti varsinaista olemista, toisesta pyritään pitämään huolta. Esimerkiksi aikidossa liike nähdään kahden tai useamman ihmisen keskustan harmonisena liikkeenä toistensa suhteen. Toiseen ei törmätä väkivaltaisesti, vaan kohti tuleva liike väistetään ja toinen ohjataan huoltapitäen maahan. Voiton projektissa, jossa olemisemme on epävarsinaista, myös toista kohdellaan epävarsinaisella tavalla. Liike on usein väkivaltaista ja toisen esineellistävää.

Sartrella ihmisen eksistentiaalinen perusvirittyneisyys, hänen perustava maailmassa-olemisensa tapa on *la nausée*, inho. Paljastava on *L'être et le néant*'n kohta, jossa Sartre kirjoittaa: "Siitä, mikä toiselle on hänen oma makunsa, tulee minulle *toisen liha*. Liha on läsnäolon puhdasta satunnaisuutta. Se on tavallisesti vaatteiden, ehosten, hiusten tai parran leikkauksen, ilmeen tms. peittämä. Mutta kun on tuntenut ihmisen tarpeeksi kauan, tulee aina hetki, jolloin naamiot romahtavat, ja löydän itseni *hänen satunnaisen läsnäolonsa* hetkessä. Silloin hänen kasvonsa tai muut ruumiinosansa synnyttävät minussa puhtaan lihan intuiton. Tämä intuitio ei ole vain tietämistä; se on absoluuttisen satunnaisuuden tunteenomaista käsittämistä, ja tämä käsittäminen on eräs *inhon* muoto."³

¹ Integration leads to Harmony. Harmony is Love. Love is Totality. Totality is Tai Chi. Tai Chi is the Grand Ultimate. The Grand Ultimate is the Source, the Beginning, the Cause of all Causes." Lee 1976, s. 156.

² Levin 1985, s. 96.

³ "Ce qui est goût de soi pour autrui devient pour moi chair de l'autre. La chair est contingence pure de la présence. Elle est ordinairement masquée par le vêtement, le fard, la coupe de cheveux ou de barbe, l'expression, etc. Mais, au cours d'un long commerce avec une personne, il vient toujours un instant où tous ces masques se défont et où je me trouve en présence de la contingence pure de sa présence; en ce cas, sur un visage ou sur les autres membres d'un corps,

Inhon fyysinen lähde Sartrelle on siis toisen liha, joka hiljalleen paljastuu naamioiden takaa, kun on tuntenut toisen tarpeeksi kauan. Sartren kuvaus inhosta toisen ihmisen lihan kokemisesta syntyvänä perusvirittyneisyytenä voi Heideggerin termein syntyä vain lankeamisesta, putoamisesta epävarsinaiseen olemiseen. Tätä olemisen tapaahan Sartre kuvaakin. Varsinaiseen olemiseen sen perusvirittyneisyytenä ei kuulu inho, vaan ennemminkin ilo. Koko perenniaalisen filosofian ydin todistaa sen puolesta, että ihmisen maailmassa-olemisen virittyneisyys, siten kuin se koetaan varsinaisessa olemisessä, on nimenomaan myötätunto, ilo ja rakkaus.

Itsen projekteihin liittyvän puhettavan, jossa harjoitus nähdään myötätunnon ja rakkauden harjoittamisena, voi nähdäkseni ymmärtää vain edellä esitetyn valossa.

LIIKE JA KEHOLLISET KOKEMUSHORISONTIT

Edellä olevat analyysit ovat antaneet perustan seuraaville tarkasteluille, joissa tutkin tarkemmin sitä, miten liike avaa kehollisia kokemushorisonttejamme ja minkä laatuinen liike minkälaisia horisontteja.

Yleisesti voisi sanoa, että liikunta laajentaa tai avaa kehollisia kokemushorisonttejamme, eri liikunnan projektit eri tavoin ja eri horisontteja painottaen. Kun katsomme liikunnan eri projektien tavoitteita, voimme saada ainakin osittaisen kuvan siitä, mitä kokemushorisontteja pyritään laajentamaan. Harjoitus voi tietysti avata myös muita horisontteja kuin ne, joiden avautumiseen pyritään. Katson seuraavassa tarkemmin voiton ja itsen projekteja tästä näkökulmasta.

Voiton projektissa päämäärä on voitto. Sen saavuttaminen vaatii sellaisten fyysisten ominaisuuksien harjoittamista kuten kestävyys, voima, nopeus, liikkuvuus ja psyykkistä valmennusta, jossa tavoitteena on lisätä voitontahtoa, poistaa suorituksen tiellä olevia psyykkisiä esteitä jne. On selvää, että tällainen fyysinen harjoitus aivan konkreettisesti mielessä laajentaa liikkuvuutemme kenttää maailmassa. Merleau-Ponty korostaa filosofiassaan sitä, että keho muodostaa näkökulman maailmaan. Kehona käyn jatkuvaa dialogia ympäristön kanssa.¹ Liikkuvuuteni laajuus on olennainen elementti tämän dialogin kokemuksessa ja sen ymmärtämisessä. Merleau-Ponty toteaa, että kehollisuutemme vuoksi voimme ylittää sen osan maailmaa, jonka nyt havaitsemme.² Tähän voi lisätä, että pelkkä kehollisuus ei siihen riitä. Se vaatii liikkuvan kehon. Voi sanoa, että ihmisen ja luonnon väline suhde on hyvin konkreettisella tavalla kehon ja luonnon suhde.

Kaikki liikunnan projektit, kehittäessään fyysistä kuntoamme, liikkuvuuttamme jne., pyrkivät antamaan meille kehon, joka on taitavampi avaamaan maailman merkityksiä kuin harjaantumaton keho. Näin yleisesti ottaen.

j'ai l'intuition pure de la chair. Cette intuition n'est pas seulement connaissance; elle est appréhension affective d'une contingence absolue, et cette appréhension est un type particulier de nausée." EN, s. 393.

¹ Merleau-Ponty 1987, s. 328.

² Merleau-Ponty 1987, s. 326.

Eri projektit asettavat meidät erilaisiin dialogeihin maailman kanssa. Tarkastelen seuraavassa tätä dialogia kolmesta näkökulmasta: (i) itse ja luonto, (ii) itse ja toinen ja (iii) dialogi itsen kanssa.

Itse ja luonto. *Voiton projektissa* minän ja luonnon välinen suhde on teknologinen. Voiton projektin itse on Kenen Tahansa itse, ego-minä, joka objektivoi, esineellistää sen, mihin se on suhteessa. Harjoitustilat ovat teollisuushallien kaltaisia, urheilukentät geometrinen kuvioiden muotoisia.¹ Voiton projektissa ihmisen ja luonnon suhdetta ei tietoisesti tematisoida lainkaan, koska sitä ei nähdä olennaisena suhteena. Voitto perustuu usein joko luonnon esteiden tai keinotekoisien esteiden voittamiseen. Kun kilpaillaan "luonnossa", luonnolta riistetään sen luonnollisuus. Hyviä esimerkkejä tästä ovat metsään hakatut hiihtoladut tai hyppymäet.

Voiton projektissa vältetään aitoa dialogia luonnon kanssa jo siksi, että voiton projektissa on aina kiire. Luontoa ei ole aikaa nähdä. Voisi puhua nopeasta katseesta, joka on pintapuolinen ja joka vain arvioi tilannetta muihin kilpailijoihin. Vaikka liikkuvuus avaakin voiton projektissa uusia näköaloja maailmaan ja kokemuksia siitä, niihin ei ole aikaa kiinnittää huomiota, koska voiton tavoittelu vie kaiken huomion.

Joissakin *itsen projekteissa* itsen ja luonnon suhde tulee tematisoiduksi siten, että yksi harjoituksen keskeinen päämäärä on tämän suhteen tutkiminen ja sille herkistäminen. Ihmistä ja luontoa ei tällöin nähdä toisistaan erillisinä, vaan olennaisesti saman todellisuuden yhteenkuuluvina osina. Taolaisessa taizissa puhutaan maailmasta makrokosmoksena ja ihmisestä mikrokosmoksena. Harjoitus tähtää niiden harmoniaan: siis itsen ja luonnon harmoniaan. Tämän harmonian kokemus on kokemus kehossa.

Itse ja toinen. Tätä dialogia voisi tarkastella monesta näkökulmasta, erityisesti puheen, kosketuksen ja katseen kautta. Otan kuitenkin yleisemmän näkökulman.

Voiton projektissa mitataan aina suhdetta toiseen: voitto määräytyy toisen kautta. Suhde voittaja - häviö on olennainen suhde itsen ja toisen välillä. Toinen esineellistetään voitettavaksi. Heideggerilla olemiseen toisen kanssa liittyy *Fürsorge*, huolenpito, jonka epävarsinaisia muotoja ovat mm. välinpitämättömyys toisesta, toista vastaan oleminen ja toisen kohtelemine esineenä.² Voiton projektissa toisen kanssa olemisen epävarsinaiset puolet näkyvät hyvin.

Kehon liikkeen näkökulmasta katsottuna voiton projektissa kehot liikkuvat omia teitään ja pyrkivät usein omalla liikkeellään estämään toisen liikkeen. Tästä estämisen sallitusta tavasta määräävät säännöt. Tällaisessa tavassa liikkua kehot usein törmäävät toisiinsa. Tämä on olennaista siksi, että *ilmaisun* ja *itsen projekteissa* kehojen liike toisiinsa nähden on yleensä sopusointuista tai ainakin toisen kehon liike tematisoidaan tällä tavalla. Pyritään liikkumaan sopusoinnussa toisen kanssa.

Varsinaisessa toisen kanssa olemisessa pyritään Heideggerin mukaan auttamaan toista löytämään omat olemisen mahdollisuutensa. Joissakin *itsen projekteissa* tämä tulee hyvin esiin. Esimerkiksi aikidossa pyritään liikkumaan sopusoinnussa toisen kanssa ja luomaan tilanne, jossa toinen toistaan auttaen tutkitaan tekniikkaa ja itseä sen avulla. Aivan päinvastainen tilanne on nähtävissä joissakin

¹ Ks. Eichberg 1987, s. 109.

² Heidegger 1986, s. 121.

voiton projekteissa, jotka peittävät näkyvistä toisen ihmisyyden. Tällaisia ovat kaikki väkivaltaiset liikuntamuodot. Esimerkiksi fenomenologinen nyrkkeilyn analyysi toisi hyvin esiin sen, miten tämä tapahtuu.

Dialogi itsen kanssa. Tämä dialogin muoto tulee esiin kaikissa liikunnan projekteissa. *Voiton projektissa* kamppailen itseni kanssa päästäkseni parempaan suoritukseen. Se vaatii ponnistuksen, jossa minun on voitettava myös itseni: väsymykseni, fyysisen kipuni. Voiton projektissa joissakin lajeissa tuskan elementti on jatkuvasti läsnä. Voiton projektissa tutkitaan itseä tutkimalla suorituskyvyn rajoja. *Ilmaisun projektissa* tutkitaan liikkeen ilmaisullisia mahdollisuuksia. *Itsen projektissa* etsitään varsinaista itseyttä.

Dialogi itsen kanssa on siis hyvin erilaista. Voiton projektissa kysyn itseltäni, mihin pystyn, jos lisään harjoittelua niin ja niin paljon. Onko minulla kaikki voittajalta vaadittavat ominaisuudet? Onko itseluottamukseni tarpeeksi vakaa? Näitä asenteita urheiluvalmennuksessa "ohjelmoidaan" psyykkisen valmennuksen avulla, jolloin "tavoitteena on sellaisen psyykkisen huippukunnan saavuttaminen, että urheilija saa kilpailutilanteessa itsestään parhaansa irti."¹ Kun tässä psyykkisessä valmennuksessa opetetaan urheilijalle erilaisia rentoutumis- ja meditaatiotekniikoita, niiden tavoitteena on vain kaikkien mahdollisten kapasiteettien hyödyntäminen suoritukseen, eivätkä harjoitukset tähtää itsen tutkimiseen missään varsinaisessa mielessä, vaikka harjoituksen tekniikat useasti perustuvat itsen projektien harjoitusmenetelmiin.

Itsen projekteihin liittyy meditatiivinen aspekti, jolloin "sisäinen puhe" pyritään vaientamaan ja kuuntelemaan ajattelun taustalla olevaa hiljaisuutta, olevan kutsua tai omantunnon ääntä - Heideggerin käsittein ilmaistuna. Tässä dialogi itsen kanssa on sisäisen dialogimme vaimentamista. Suhde, joka näin tulee tematisoiduksi, on ego-logisen minäni ja varsinaisen itseni välinen suhde. Tämä dialogi on vaikea monestakin syystä. Kuka Tahansan vetää itseäni puoleensa ja vastustaa tällaista itsen tutkimista. Suorituskyvyn tutkiminen kuuluu sitä vastoin Keneen Tahansa, jonka oleminen on jatkuvaa vertaamista, mittaamista. Suhteen tutkiminen varsinaiseen itseeseen vaatii sen vetäytymistä pois mittaamisesta ja palaamista itseensä. Tämä on se kokemuksellinen horisontti, jota itsen projektit pyrkivät avaamaan ja joka Kenen Tahansa tasolla välttämättä pysyy suljettuna.

Levin toteaa, että olisi virhe luulla, että se mitä Heidegger kutsuu olevan kutsuksi, olisi jokin kognitiivinen tapahtuma mielessä. Se on kehollinen kokemus, jossa voimme kokea kuuluvuutemme olevan kenttään kokonaisuutena. Levin toteaa käsityksensä, että oleva kutsuu meitä juuri liikkuvuutemme kautta. Liikkuvuutemme avaa meidät tuntemaan, kokemaan tämän alkuperäisen kutsun ja myös toimimaan ymmärrettyämme sen merkityksen.² Levinin käsitys on, että jokainen liikkeemme, koska se vaatii tietynlaista virittyneisyyttä koko olevan kenttään kokonaisuutena, on omiaan automaattisesti avaamaan meitä tälle kutsulle.³ Ymmärrän Levinin tarkoittavan, että koska liikkuvuutemme kenttä on aina osa koko olevan kenttää, olemme välttämättä välittömässä suhteessa olevaan, voimme sen kautta myös ymmärtää tätä suhdetta. Ajatuksen voisi myös muotoilla niin, että koska kehomme on jatkuvasti perusintentionaalisuutensa myötä suhteessa koko olevaan, niin oppiessamme ymmärtämään tätä intentionaalista suhdetta paremmin opimme myös ymmärtämään

¹ Björkman 1982, s. 217.

² Levin 1985, s. 103.

³ Levin 1985, s. 103.

tämän suhteen toista korrelaattia: olevaa kokonaisuutena. Tämä edellyttää tietysti, että tematisoimme liikkeemme tältä kannalta.

Toisaalta esimerkiksi voiton projektissa elämme voimakkaasti *ego-logisen kehomme* tasossa, Kenen Tahansa kehon, joka kouristuksenomaisesti tarttuu kiinni siitä, mistä saa, jos tämä voiton kannalta on välttämätöntä. Sen harjoitusmenetelmät vahvistavat ego-logista käsitystä kehon ja mielen erillisyydestä. Kehoa harjoitetaan eri harjoittein, mieltä eri harjoittein. Harjoittelu ja myös huippu-urheilua tukeva tutkimus tematisoi ihmisen mekanistisesti ja atomistisesti. Ego-logisen kehon tasossa niin keho kuin mielikin nähdään erillisinä mekanistisina koneina, joita erilaisin harjoittein voidaan trimmata parempiin suorituksiin. Harjoitus kohdistuu objektikehoomme, jonka nopeus, voima ja muut ominaisuudet ovat mitattavissa. Ihminen kokonaisuutena ei kuitenkaan ole mitattavissa. Eletyn kehon kokemus jää välttämättä tässä suhtautumistavassa toisarvoiseksi.

Toisin sanoen, jos siis voiton projekti ehkä laajentaa joitakin kehollisia kokemushorisonttejamme, se myös sitoo meitä Kenen Tahansa kehoon. Näin ainakin huippu-urheilussa, jossa leikillä ei ole sijaa.

Kun Huizinga klassisessa teoksessaan *Leikkivä ihminen* toteaa, että urheilun "leikkitekijä on <...> kuollut"¹, hän ymmärtääkseni viittaa tähän. Urheilijan keho on jähmettynyt Kenen Tahansa kehoksi.

Näin ei kuitenkaan tarvitse olla. On edelleen mahdollista, että voimme liikunnan avulla palauttaa mieleemme "leikkivän kehomme". Liikunta voi siis toimia tämän kokemuksen tason mieleenpalauttajana.

Liikunnan filosofiassa tämä yhteys on pantu merkille, kun on kirjoitettu urheilun leikkiluonteesta², mutta urheilijan kehon jäykistymistä Kenen Tahansa kehoksi ei ole niinkään huomattu.

Liikunnan käytännössä nämä yhteydet tulevat esiin uusien pelien ja leikkien, nk. *new gamesien* nousussa³. Näissä liikuntamuodoissahan pyritään murtamaan totunnainen tapamme käyttää ja kokea kehomme ja avata tietä sille kokemukselle, jota olen kutsunut "leikkiväksi kehoksemme".

Toinen ego-logisen kehonkokemuksen murtamisyritys on nähtävissä itsen projekteissa. Itsen projektit ovat itsen tutkimista eivätkä kehon suorituskyvyn tutkimista. Näissä liikuntamuodoissa pyritään avaamaan se kokemuksen taso, jota olen kutsunut *transpersoonalliseksi kehoksi*. Näin silloin, kun itsen projekteja harjoitellaan traditionaalisella tavalla eikä voiton projekteina, joita ne eivät ole.

Itsen projektit pyrkivät avaamaan sellaisia kokemushorisontteja, jotka ego-logisen kehon tasolla pysyvät suljettuna. Ego-logisen kehon kokemuksen tärkeä piirre on sen erillisuus, etäisyys kaikesta

¹ Huizinga 1984, 226.

² Ks. bibliografia tästä kirjallisuudesta: Morgan, Meier 1988, s. 211 - 217.

³ Ks. esim. Sironen ja Kärkkäinen 1988; Saranpää 1988.

muusta. Transpersoonallinen kehon kokemus on yhteyden tai ykseyden kokemista toiseen sen vieraudessaakin. Olen edellä selittänyt tulkintani siitä, miten transpersoonallinen kehon kokemus on esiobjektiivisen kehon kokemuksen mieleenpalauttamista. Tässä mieleenpalauttamisessa koetaan yhteys koko olevaan. Monissa traditioissa *olevan imitointi* ja *toisto* ovat ne tekniikat, jotka "laukaisevat" tämän kokemuksen. Transpersoonallisessa kehossa koettu olevan kutsu on mitä syvimmin kehollinen, ei älyllinen kokemus. Vasta reflektion kautta se saa älyllisen ulottuvuuden.

Itsen projektit avaavat monia kehollisia kokemushorisontteja. Kehon monipuolinen harjoittaminen laajentaa mahdollisuuksiamme liikkua maailmassa. Olennaisin itsen projekteihin liittyvä kokemushorisontti on kuitenkin transpersoonallinen kehon kokemus, jonka kautta voimme kokea uudelleen perustavan suhteemme koko olevaan. Tämän kokemuksen tulkinta vaatii kohdallisen **esiymmärryksen**.

Voimme nähdä ymmärryksessämme kaksi tasoa. Sen primääritaso on se perustava ymmärrys, joka kuuluu Ihmiselle yhtenä hänen eksistentiaalinaan, kuten Befindlichkeit, virittyneisyys, mielentila. Itse asiassa nämä ovat sidoksissa toisiinsa. Virittyneisyyteen liittyy aina tietty ymmärrys ja ymmärrykseen tietty virittyneisyys.¹ Esiobjektiivinen kehontietoisuus sisältää aina myös tietyn ymmärryksen olevan luonteesta, itsen ja olevan suhteesta. Tähän ymmärrykseen liittyy tietty virittyneisyys. Tämän virittyneisyyden - jota monet perinteet kuvaavat käsitteillä ilo ja rakkaus - lähde on avoimuutemme olevalle. Tämän ymmärryksen luonnetta voi kuvata kohdallisesti keholliseksi, koska se on luonteeltaan ei-käsitteellistä.

Toinen ymmärryksemme taso tulee esiin silloin, kun tulkitsemme jonkin joksikin, jolloin olemme astuneet ei-käsitteellisestä käsitteiden maailmaan. Silloin ymmärrys on yksi tiedon muoto, joka on eri kuin esimerkiksi selittäminen.²

Kun ihminen alkaa tulkita ymmärrystään, antaa sille merkityksiä, hänen tulkintansa pohjautuu aina johonkin, joka on jo ennakolta annettua: siis esiymmärrykseen. Voimme esittää kysymyksen, mitä meillä on ennakolta, kun pyrimme ymmärtämään liikunnallisia kokemuksiamme.

Ensinnäkin meillä on useita esiymmärryksen kehollisia tasoja, joista keskeisimmät ovat esiobjektiivinen kehontietoisuutemme, joka näyttää meille yhteytemme olevaan kokonaisuutena ja esipersoonallinen kehontietoisuutemme, jossa leikin mahdollisuus on aina läsnä. Kehomuistissamme piilee myös muita kehollisen esiymmärryksemme tasoja. Itse asiassa koko kehollinen perusintentionaalisuutemme, jonka tasoja olen ottanut esiin erilaisina "käsitteellisinä kehoina", kuuluu esiymmärryksemme keholliseen puoleen: taitoihin liittyvä kehomme, eroottinen kehomme jne.

Heideggerin näkökulman ja ennakkokäsitteistön voi liittää siihen projektiin, jonka puitteissa liikumme. Kun siis tulkitsemme liikunnallisia kokemuksiamme voiton projektissa, siihen liittyy voiton projektin näkökulma ja käsitteistö. Voiton projektin näkökulma kehoomme on objektikeho ja kieli objektikehoa kuvaava kieli. Tästä näkökulmasta on helppo ymmärtää esimerkiksi sellainen huippu-urheilijan lausahdus kuten: "Mutta kun voima ei tule koneesta ulos, niin silloin on tehty

¹ SZ, s. 142 - 143.

² SZ, s. 143.

harjoittelussa perusteellisia virheitä."¹ Objektikehon kielessä keho on "kone", jota trimmaten kyetään parempiin suorituksiin. Voiton projektin näkökulmassa ja käsitteistössä urheilija itsekin tulkitsee itsensä esineeksi, mikä on Sartren filosofiassa yksi huonon uskon muoto ja Heideggerilla epävarsinaisen olemisen muoto. Koska voiton projekti liittyy epävarsinaiseen olemiseen, ei ole yllättävää, että siihen liittyvä käsitteistö (mittaaminen, etäisyys toisesta jne.) osuu hyvin yhteen Heideggerin epävarsinaista olemista kuvaavan käsitteistön kanssa.

Itsen projekteissa liikunnallista kokemusta katsotaan varsinaisen itsen näkökulmasta, ja siihen liittyvä käsitteistö (zen, samkhya jne.) ei ole vierasta Heideggerin varsinaista olemista kuvaavalle filosofiselle käsitteistölle. Päivastoin. Luvun kolme esimerkkikuvaus *kyudosta* pyrki osoittamaan tämän. Vastaava analyysi olisi mahdollista viedä läpi muidenkin itsen projektien kohdalla. Itsen projekteissa näkökulma on varsinaisen itse ja niiden kieli on koetun kehon kieli. Tai paremmin sanoen: varsinaiseen olemiseen liittyvää kehollista kokemusta filosofisesti artikuloimaan pyrkivä kieli. Tämä filosofinen artikulointi tehdään sen tradition käsitteillä, jossa kulloinkin liikutaan.

Olen tuonut edellä esiin ajatuksen, että liikkumisemme tapa voi heittää meitä useaan suuntaan. Voiton projekti, jos se koetaan vakavana kamppailuna voitosta keinolla millä hyvänsä, jähmettää meidät epävarsinaiseen tapaan olla maailmassa. Mutta liike voi myös avata kokemushorisonttejamme. Se voi avata meille leikkivän kehomme, joka virittyneisyydessään lähenee varsinaista olemista. Se voi myös avata meille transpersoonallisen kehomme ja siihen liittyvän kokemuksen yhteydestä koko olevaan, ja asettaa meidät kasvokkain sen kanssa, mitä Heidegger kutsuu salaisuudeksi.

V YHTEENVETO

Olen tässä työssäni tuonut esiin niitä kokemuksellisia rakenteita, joissa liikunnalliset kokemukset ihmisessä vaikuttavat. Erityisesti olen kiinnittänyt huomioni niihin rakenteisiin, jotka liittyvät siihen, mitä Heidegger kutsuu "varsinaiseksi olemiseksi". Näin on tullut osoitetuksi se, miten liike voi olla tie kohti varsinaista olemista. Käyn tässä yhteenvedossa läpi lyhyesti sen päättelyketjun, jota pitkin olen tutkimuksessani kulkenut.

1. Lähtökohtani on ollut se fenomenologinen havainto, että ihminen on ek-staattinen; kykenevä sekä tajunnallisuudessaan että kehollisuudessaan ylittämään sen hetkisen annettuna olevan. Tästä ihmisen ekstaattisesta rakenteesta voivat sekä menneisyys, että tulevaisuus saada merkityksensä. Kehona ihminen on perusintentionaalisuudessaan suuntautunut kohti maailmaa. Liikkeessä yhtenä tällaisena perusintentionaalisuuden muotona tulee esiin ihmisen ja maailman suhde.

¹ Pertti Karppisen haastattelu. Helsingin Sanomat 23.9.1988.

2. Ekstaattisuus on ontologinen määre. Se määrää, että ihminen on olemisen mahdollisuutensa. Mahdollisuutemme koskevat maailmassa olemistamme, sen potentiaaleja. Voimme olla maailmassa eri tavoin, johon ontologinen rakenteemme antaa puitteensa.

3. Ontologiset rakenteemme ovat esiyymmärrystä, joka odottaa toteutumistaan.

4. Olennaisia ontologisia rakenteitamme ovat mahdollisuutemme varsinaisuuteen ja epävarsinaisuuteen. Jokapäiväisessä olemisessamme toteudumme epävarsinaisen olemisen suuntaan. Tämä toteutumisen tapa peittää näkyvistä mahdollisuutemme olla varsinaisesti.

5. Varsinaisessa olemisessä ontologinen rakenteemme eräällä tapaa täyttyy; varsinaisuudessa toteutamme sen, mitä alunperin, perustaltaan olemme, mutta jonka olemme unohtaneet. Se, minkä olemme unohtaneet, on esiobjektiivinen tietoisuutemme yhteydestämme koko olevaan.

6. Tämän peruskokemuksen mieleenpalauttaminen vaatii tietynlaista suhtautumistapaa, jota Heidegger kutsuu sillejättämiseksi ja meditatiiviseksi ajatteluksi. Tätä suhtautumistapaa pitää harjoitella. Se ei tule ihmiselle automaattisesti.

7. Tämä suhtautumistapa ja sen harjoittelu liittyy olennaisella tavalla kehollisuuteemme. Se vaatii meitä palaamaan eletyn kehon kokemukseemme: vaimentamaan diskursiivisen ajattelun ja kuuntelemaan eletyn kehon hiljaisuutta. Tämä hiljaisuuden kuunteleminen voidaan nähdä esiobjektiivisen kehon mieleenpalauttamisena: ajatteluna keholla.

8. Perenniaalisissa liikunnan traditioissa tulee ilmi sen metodi: olevan ja olioiden imitointi ja toisto.

9. Tällaiset keholliset harjoitukset "laukaisevat" kehomuistimme, jossa niin esiobjektiivinen kuin esipersonallisetkin kehon kokemukset jatkuvasti ovat vaikka emme niitä muistakaan.

10. Liikunta, palauttaessaan mieleemme leikkivän kehon, suuntautuu kohti varsinaista olemistamme, mutta jää kuitenkin matkan päähän siitä. Vasta esiobjektiivisen kehon kokemuksen saavuttaessaan se löytää etsimänsä: kehollisen perustan varsinaisena olemisen kokemuksellemme. Se on se kehollinen kosketuspinta, jonka pohjalta kaikki eettinenkin toiminta on vasta mahdollista.

11. Tämän tuloksena koemme yhteenkuuluvuutemme olevaan kokonaisuutena. Tätä kokemusta olen kutsunut transpersoonalliseksi kehon kokemukseksi. Se saa juurensa esiobjektiivisesta kehon kokemuksesta, mutta on tietysti paljon enemmän kuin vain se. Transpersoonallinen kehon kokemus on hermeneuttinen prosessi, joka hakee perustansa palaamalla alkuun, mutta ponnistaa siitä eteenpäin antaen merkityksiä sille ja myöhemmille kokemuksille.

12. Tässä prosessissa liikunnalla voi olla keskeinen osuus. Liikunta voi suunnata todellistumistamme eri suuntiin, kohti erilaisia kokemuksellisia horisontteja. Avatessaan mahdollisuuden kokea leikkivä kehomme, liikunta voi suunnata huomiomme kohti juuriamme. Liikunta voi avata mahdollisuutemme kohti varsinaista olemista, mutta puhtaana voiton projektina se voi myös sulkea tämän mahdollisuuden.

LÄHDELUETTELO:

- Björkman, Anja: *Psyykkinen valmennus. Henkisten voimavarojen hyödyntäminen 1*. Vaasa: Valmennuskirjat Oy 1982.
- Buber, Martin: *I and Thou*. Tr. by Ronald Gregor Smith. Edinburgh: T & T Clark 1987.
- Caputo, John D: *The Mystical Element in Heidegger's Thought*. Athens Ohio: Ohio University Press 1984.
- Case, Bob: Easter Thought and Movement Forms: Possible Implications for Western Sport. *The Physical Educator* 41 (1984) 41, s. 170 - 175.
- Casey, Edward, S.: *Remembering. A Phenomenological Study*. Bloomington: Indiana University Press 1987.
- Cohen, Selma Jeanne: Dance as an Art of Imitation. Teoksessa: *Copeland & Cohen 1983*, s. 15 - 22.
- Copeland, Roger, Cohen, Marshall (ed.): *What is Dance?* Oxford: Oxford University Press 1983.
- Dumoulin, Heinrich: *Zen Buddhism: a History. Volume I. India and China*. New York: Macmillan Publishing Company 1988.
- Dumoulin, Heinrich: *Zen Enlightenment. Origins and Meaning*. New York: Weatherhill 1987.
- Eichberg, Henning: *Liikuntaa harjoittavat ruumiit*. Jyväskylä: Vastapaino 1987.
- Eliade, Mircea: *Yoga. Immortality and Freedom*. London: Penguin 1989 (1958).
- Falk, Pasi: Auringon palvojat. Teoksessa: *Sironen 1988*, s. 151 - 159. (a)
- Falk, Pasi: Ihoon piirretty - lihaan kirjoitettu. Teoksessa: *Sironen 1988*, s. 192 - 204. (b)
- Ferguson, John: *An Illustrated Encyclopaedia of Mysticism and the Mystery Religions*. London: Thames and Hudson 1976.
- Foucault, Michel: Technologies of the Self. Teoksessa: *Martin, L; Gutman, H; Hutton, P (ed.) 1988*.
- Fung, Yu-lan: *A History of Chinese Philosophy. Vol. I*. Princeton: Princeton University Press 1983, 7.p. (1931).
- Giles, H.A.: *Chuang Tzu*. Shanghai: Kelly & Walsh 1926, 2. p.
- Girardot, N.J.: *Myth and Meaning in Early Taoism*. Berkley: University of California Press 1988.
- Goodman, Nelson: *From Languages of Art*. Teoksessa: *Copeland & Cohen 1983*, s. 66 - 85.
- Gortais, Jean: *T'ai-jí quan*. Paris: Le Courrier du Livre 1981.
- Heidegger, Martin: *Aus der Erfahrung des Denkens*. 6. p. Pfullingen: Neske 1986.
- Heidegger, Martin: *Einführung in die Metaphysik*. 5. p. Tübingen: Niemeyer 1987.
- Heidegger, Martin: *Gelassenheit*. 9. p. Pfullingen: Neske 1988.
- Heidegger, Martin: *Die Grundprobleme der Phänomenologie*. Frankfurt am Mein: Klostermann 1962.
- Heidegger, Martin: *Sein und Seit*. 16. p. Tübingen: Niemeyer 1986.
- Heidegger, Martin: *Die Technik und die Kehre*. 7. p. Pfullingen: Neske 1988.
- Heidegger, Martin: *Was Heisst Denken*. 4. p. Tübingen: Niemeyer 1984.
- Heidegger, Martin: *Was ist Metaphysik?* Frankfurt am Mein: Klostermann 1986 (13. p.)
- Heidegger, Martin: *Zollikoner Seminare. Protokolle - Gespräche - Briefe*. Frankfurt am Mein: Klostermann 1987.
- Heidegger, Martin: *Zur Sache des Denkens*. 3. p. Tübingen: Niemeyer 1988.
- Herrigel, Eugen: *Zen in der Kunst des Bogenschiessens*. München: Otto-Wilhelm-Barth-Verlag (1948) 1957. Zen ja jousella-ampumisen taito. Suom. Margareta Sipola. Helsinki: Otava 1978.

- Hsiao, Paul Shih-yi: Heidegger and Our Translation of the Tao Te Ching. Teoksessa: *Parkes 1987*, s. 93 -103.
- Huizinga, Johan: *Leikkivä ihminen*. (Homo ludens. Kääntänyt Sirkka Salomaa. 1. p. 1938.) Juva: WSOY 1984.
- Jung, C.G.: *The Structure and Dynamics of the Psyche*. The Collected Works of C.G. Jung, Volume 8. London: Routledge & Kegan Paul 1977.
- Kasulis, T.P.: *Zen Action, Zen Person*. Honolulu: The University of Hawaii Press 1981.
- Kauppi, Raili: *Varhaisia kirjoituksia & bibliografia*. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta vol V. Toim. Juha Varto. Tampere: Tampereen yliopiston jäljennepalvelu 1990.
- Klemola, Timo: *Taiji. Liikettä hiljaisuudessa, hiljaisuutta liikkeessä*. Keuruu: Otava 1990.
- Koski, Tapio: Keho, minä ja kehonrakennus. *Liikunta ja tiede 27 (1990b) 1*, s. 13 - 15.
- Koski, Tapio: Liikunta ihmiskunnan filosofisessa traditiossa. *Esitelmä Liikunnan filosofian kollokviiossa 1.3.1990a*. Tampereen yliopisto.
- Koski, Tapio: Tie on jalkojesi alla. *Liikuttaja 5 / 89*. s. 14 - 15.
- Kreeft, Peter: Zen in Heidegger's Gelassenheit. *International Philosophical Quarterly 11(1971) 4*, s. 521 - 545.
- Krohn, Sven: *Ydinihminen*. Hämeenlinna: Arator Oy 1989.
- Langer, Susanne K.: *From Feeling and Form*. Teoksessa: *Copeland & Cohen 1983*, s. 28 - 47.
- Lee, Douglas: *Tai Chi Chuan*. Burbank: Ohara Publications 1985.
- Lenk, Hans (Hrsg.): *Aktuelle Probleme der Sportphilosophie*. Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, Band 46. Schorndorf: Verlag Karl Hofmann 1983.
- Levin, David Michael: Balanchine's Formalism. Teoksessa: *Copeland & Cohen 1983*, s. 123 - 145.
- Levin, David Michael: Mudra as Thinking: Teoksessa: *Parkes 1987*, s. 245 - 269.
- Levin, David Michael: *The Body's Recollection of Being*. London: Routledge 1985.
- Levin, David Michael: *The Listening Self*. London: Routledge 1989.
- Levin, David Michael: *The Opening of Vision*. London: Routledge 1988.
- Lévinas, Emmanuel: *Die Spur des Anderen*. Übersetzt von W.N. Krewani. Freiburg: Verlag Karl Alber 1987.
- Lévinas, Emmanuel: *Totality and Infinity*. An Essey on Exteriority. Tr. by Alphonso Lingis. Hague: Nijhoff 1979.
- Liikuntafilosofia-seminaari 20.-21.6 1979 Valkeakoskella. Seminaari-raportti. Toim. Timo Suurnäkki. *LTS:n julkaisu numero 72*. Kangasala: Liikuntatieteellinen Seura 1979.
- Martin, John: *From The Dance*. Teoksessa: *Copeland & Cohen 1983*, s. 22 - 23.
- Martin, John: *From The Modern Dance*. Teoksessa: *Copeland & Cohen 1983*, s. 23 - 28.
- Martin, L; Gutman, H; Hutton, P (ed.): *Technologies of the Self. A Seminar with Michel Foucault*. London: Tavistock 1988.
- Meier, Klaus W: An Affair of Flutes: An Appreciation of Play. Teoksessa: *Lenk 1983*.
- Merleau-Ponty, Maurice: *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard 1987.
- Miura, Isshu, Sasaki Ruth Fuller: *The Zen Koan. Its History an Use in Rinzai Zen*. San Diego: Harcourt 1965.
- Moegling, Klaus: *Alternative Bewegungskultur*. Frankfurt am Mein: Fischer 1988.
- Moegling, Klaus: *Zen im Sport*. Haldenwang: Edition Schangrila 1987.
- Morgan, William J, Meier, Klaus W: *Philosophic Inquiry in Sport*. Champaign: Human Kinetics 1988.
- Murphy, Michael: Sport som yoga. *Centring - krop & sport. 3 (1982) 3*, s. 172 - 183.

- Needham, Joseph: *Science and Civilization in China. Vol 2. History of Scientific Thought*. London: Cambridge University Press 1975 (1956).
- Noverre, Jean-Georges: *From Letters on Dancing and Ballets*. Teoksessa: *Copeland & Cohen 1983*, s.10 - 15.
- Parkes Graham: *Thoughts on the Way: Being and Time via Lao-Chuang*. Teoksessa: *Parkes 1987*, s. 105 - 144.
- Parkes, Graham: *Heidegger and Asian Thought*. Honolulu: University of Hawaii Press 1987.
- Pöggeler, Otto: *West-East Dialogue: Heidegger and Lao-tzu*. Teoksessa: *Parkes 1987*, s. 47 - 78.
- Rauhala, Lauri: *Ihmiskäsitys ihmistyössä*. Helsinki: Gaudeamus 1986.
- Rouget, Gilbert: *Music and Trance. A Theory of the Relations between Music and Possession*. Chicago and London: The University of Chicago Press 1985.
- Saranpää, Sirpa: *Uusia leikkejä*. Teoksessa: *Sironen 1988*, s. 95 - 96.
- Sartre, Jean-Paul: *L'etre et le néant*. Paris: Gallimard 1988.
- Saunders, E. Dale: *Mudra. A Study of Symbolic Gestures in Japanese Buddhist Sculpture*. Princeton: Princeton University Press 1985.
- Scheler, Max: *Der Formalismus in der Ethik und die Materiale Wertethik*. 6. p. Bern: Francke 1980a.
- Scheler, Max: *Die Wissensformen und die Gesellschaft*. Gesammelte Werke, Band 8. 3. p. Bern: Francke 1980b.
- Schrag, Calvin O: *Experience and Being*. Evanston: Northwestern University Press 1980.
- Sekida, Katsuo: *Zen training. Methods and Philosophy*. New York: Weatherhill 1983.
- Siersch, Karoline: *Zur Anwendungen von Yoga Im Freizeitsport*. *Sportunterricht 37 (1988) 3*, s. 85 - 92.
- Silvennoinen, Martti: *Ruumiinkokeminen ja liikunta*: Teoksessa: *Sironen 1988*, s. 182 - 191.
- Sironen, Esa (toim.): *Uuteen liikuntakulttuuriin*. Jyväskylä: Vastapaino 1988.
- Sironen, Esa, Kärkkäinen, Pekka: *Uudet leikit ja vanhat*. Teoksessa: *Sironen 1988*. s. 77 - 93.
- Stambaugh, Joan: *Heidegger, Taoism, and the Question of Metaphysics*. Teoksessa: *Parkes 1987*, s. 79 - 91.
- Suzuki, Daisetz T: *Einleitung*. Teoksessa *Herrigel 1957*, s. 7 - 10.
- Suzuki, Daisetz T: *Essays in Zen Buddhism. First Series*. London: Rider 1973a.
- Suzuki, Daisetz T: *Zen and Japanese Culture*. Princeton: Princeton University Press 1973b.
- Takuan, Soho: *The Unfettered Mind*. New York: Kodansha 1986.
- Teräslinna, Pentti: *Liikunnan tarkoitus*. Teoksessa: *Liikuntafilosofia-seminaari Valkeakoskella*.
- Tohei, Koichi: *Aikido in Daily Life*. Tokio: xxx 1972.
- Trimingham, Spencer: *The Sufi Orders in Islam*. London: Oxford University Press 1973.
- Ueshiba, Kisshomaru: *Aikido*. Tokio: Hozansha 1978.
- Ueshiba, Kisshomaru: *The Spirit of Aikido*. Tokio: Kodansaha 1984.
- Valéry, Paul: *Philosophy of the Dance*. Teoksessa: *Copeland & Cohen 1983*, s. 55 - 65.
- Varto, Juha: *Heidegger ja salaisuus. Martin Heidegger zum 100. Geburtstag. Esitelmä*. Helsinki 27.9.1989b.
- Varto, Juha: *Integriteetti ja äärettömyys. Pohdin. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistossa II*, s. 74 - 91. Toim. Juha varto. Tampere: Tampereen yliopisto 1989c.
- Varto, Juha: *Pitkästyminen ja teknologia. Fenomenologeja. Maailma minussa - minä maailmassa. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta I*, s. 35 - 52. Toim. Juha Varto. Tampere: Tampereen yliopisto 1990a.
- Wachter, Frans de: *The Symbolism of the Healthy Body: A Philosophical Analysis of the Sportive Imagery of Health*. Teoksessa: *Morgan & Meier 1988*, s. 119 - 124.

Zimmerman, Michael E: *Eclipse of the Self*. London: Ohio University Press 1986.

Painamattomat lähteet:

Koski, Tapio: *Liikunta ja kehoisuus perenniaalisessa filosofiassa. Fenomenologinen tutkimus liikunnan merkityksestä*. Lisensiaattityön käsikirjoitus. Tampere 1990c.

MITÄ ON LIIKUNNAN FILOSOFIA?

I. Liikunnan filosofia Suomessa

1.1. Ensimmäinen liikunnan filosofian seminaari

Lähestyttäessä kysymystä liikunnan filosofian luonteesta on luontevaa tarkastella ongelmaa sen oman historian kautta. Katsoessamme minkälaisiin kysymyksiin liikunnan filosofiassa on etsitty vastausta, näemme selvemmin sen, miten liikunnan filosofit ovat tehtävänsä hahmottaneet.

Suomessa liikunnan filosofia on uusi tutkimusalue. Joitakin yksittäisiä ongelmia on satunnaisesti pohdittu, mutta mitään systemaattista liikunnan filosofian tutkimista ei ole ollut. Tällaista tutkimusta kohtaan on kuitenkin viime vuosina herännyt kiinnostusta.

Ensimmäinen varsinainen liikunnan filosofisia ongelmia pohtinut seminaari järjestettiin Valkeakoskella 20. - 21.06. 1979¹. Tuolloin paikalla oli filosofian edustajana professori Reijo Wilenius. Muut osallistujat olivat lääkäreitä, sosiologeja, arkkitehtejä, kirjailijoita, psykologeja. Seminaari oli keskustelun avaus, jossa näkökulmat liikuntaan olivat erityistieteiden tai "arkifilosofian" värittämiä, mutta aitoihin filosofisiin ongelmiin - lähinnä etiikan alaan kuuluviin - päästiin jo tuolloin käsiksi. Seminaari ei kuitenkaan herättänyt jatkossa erityistä kiinnostusta liikunnan filosofiaa kohtaan.

1.2. Liikunnan filosofia määritellään komiteamietinnössä

Seuraava tärkeä askel suomalaisessa liikunnan filosofian historiassa oli Valtion Liikuntatieteellisen Neuvoston ottama kanta liikunnan filosofisen tutkimuksen puolesta komiteamietinnössään Liikuntatieteellisen tutkimuksen kehittäminen vuosina 1986 - 1990.² Liikunnan filosofia asetettiin silloin yhdeksi liikuntatieteellisen tutkimuksen painopistealueeksi.

Komiteamietinnössä määritellään tutkimuksen lähtökohta näin: "Urheilu- ja liikuntafilosofia on liikuntakulttuurin olemassaolon merkitystä pohdiskelleva tieteen ala, jolla on luontevat yhteydet liikunnan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen, liikunta-lääketieteeseen sekä liikuntakasvatukseen ja liikuntapsykologian tieteenaloihin."³ Jatkossa mietintö painottaa liikuntakulttuuriin liittyviä

¹Suurnäkki 1979.

²Komiteamietintö 1986.

³Emt. s. 81.

arvofilosofisia kysymyksiä, jotka ovat "merkittävän tärkeitä koko liikuntakulttuurin kehittymisen kannalta."¹ Edelleen mietinnössä todetaan Suomen jääneen täysin kansainvälisen liikunnan filosofian tutkimuksen ulkopuolelle, jossa on jo 1970-luvulta lähtien alkanut muodostua erilaisia kansallisia ja teoreettisia koulukuntia, joista Suomessa ei juuri tiedetä.

Edelleen mietinnössä todetaan: "Tästä johtuu, että näiden keskustelujen mahdollista käytännöllistä antia liikuntakasvatukselle, liikunnan arvojen tutkimiselle, urheilulääketieteen etiikalle jne. ei ole selvitetty. Filosofisen tason puuttuminen liikuntatutkimuksesta vaikuttaa koko tieteenalan teoreettiseen kulttuuriin, isetietoisuuteen ja intellektuaaliseen reagoitakykyyn."²

Mietinnössä hahmotellaan viisi liikunnan filosofisen tutkimuksen keskeistä aluetta näin:

1. liikunnan ja urheilun ihmiskuva
2. liikkeen filosofia (biomekaanisen liikkeen olemuksesta yhteiskunnallisen liikkeen kulttuurifilosofiaan ja aatehistoriaan)
3. liikunnan ja ruumiinkulttuurin arvoproblematiikka
4. kasvattajan ammatin etiikka
5. liikuntatieteellisen tutkimuksen omat tieteenfilosofiset erityisongelmat³

Lueteltuaan mahdollisia tutkimusalueita mietintö palaa jälleen urheilun arvoihin, jotka "ovat joutuneet koetukselle ja jopa uudelleenarvioinnin kohteeksi tiettyjen arvokonfliktien ansiosta."⁴

On ilmeistä, että perätessään liikunnan filosofista tutkimusta, komitealla on ensisijaisesti ollut mielessä arvofilosofinen tutkimus. Asetetuista tutkimusalueista kaksi liittyy suoraan etiikkaan (3, 4) ja yksi välillisesti (1). Liikkeen filosofiasta puhuessaan komitea esittää, että filosofisen analyysin avulla voisi päästä "biomekaanisen liikkeen olemuksesta yhteiskunnallisen liikkeen kulttuurifilosofiaan ja aatehistoriaan". Lauseessa on outo analogia fyysisen liikkeen ja yhteiskunnallisen liikkeen välillä. Filosofisen käsiteanalyysin puuttuessa tällaiset ilmaukset ovat mahdollisia. Komiteaa on tässä harhaanjohtanut liikkeen käsite, joka lauseen alussa esiintyy konkreettisesti (fyysinen liike) ja lauseen lopussa metaforaattisesti (yhteiskunnallinen liike) merkityksessä. Tässä voisi nähdä heijastuvan komitean implisiittisen oletuksen, jonka mukaan filosofia on sosiaalitieteiden jokin alalaji. Sama ajatustapahan heijastuu Jyväskylän yliopiston liikunta-tieteellisen tiedekunnan laitosjaosta, jossa liikunnan filosofia on sijoitettu liikunnan sosiaalitieteiden laitoksen alaisuuteen.⁵

1.3. Uuden liikuntakulttuurin tuomat haasteet

Liikunnan filosofian tutkimuksen määrittelemisen yhdeksi liikuntatieteellisen tutkimuksen painopistealueeksi ei kuitenkaan aiheuttanut huomattavampaa liikettä liikuntafilosofian kentässä

¹Emt. s.81.

²Emt. s. 81 - 82.

³Emt. s. 82.

⁴Emt. s. 82.

⁵Vuento 1988.

(jos sellaiseksi ei katsota kahden lisensiaatitutkimuksen aloittamista Tampereen yliopiston filosofian laitoksella).

Keskustelu liikuntakulttuurin tilasta kuitenkin kiihtyi. Keskusteltiin urheilun arvojen¹ lisäksi uusista liikuntakulttuurin muodoista.² Tämän keskustelun jatkoksi 1987 julkaistiin suomeksi Henning Eichbergin kirja *Liikuntaa harjoittavat ruumiit*, joka on sosiologinen ja yhteiskuntafilosofinen kannanotto. Seuraavana vuonna Esa Sironen toimitti Uuteen liikuntakulttuuriin kirjan, jossa suomalaisin voimin kehiteltiin Eichbergin teemoja.

Liikuntatieteellinen Seura julisti vuoden 1988 teemaksi "liikunnan uudet arvot".

Soulin olympialaisten doping-skandaali osui hyvin tähän teemavuoteen. Urheilun etiikasta keskusteltiin laajasti tiedotusvälineissä.

1.4. Toinen liikunnan filosofian seminaari

Liikuntatieteellinen Seura (LTS) järjesti vuonna 1988 neuvottelu-palaverin, jossa keskusteltiin mahdollisuudesta järjestää "Liikunta ja filosofia -tutkimussymposium", joka sitten järjestettiin Suomen Urheilumuseolla 6.6. 1989.

Tämä LTS:n järjestämä liikunnan filosofiaa käsittelevä symposium toi esiin seuraavia seikkoja. Liikunnan filosofinen tutkimus ei ole herättänyt mielenkiintoa suomalaisissa filosofipiireissä. Tilaisuuteen kutsutuista ammattifilosofeista (monet eivät saaneet edes kutsua) paikalle saapui vain alustuksen pitäjä professori Ilkka Niiniluoto. SVUL:n kehityspäällikkö Jorma Savola puhui voimakkaasti liikunnan filosofisen tutkimuksen puolesta, samoin opetusministeriöstä paikalle saapunut osastopäällikkö Heikki Klemola. Filosofeilta haluttiin lähinnä liikunnan arvojen tutkimista. Nykyään keskustellaan paljon huippu- ja kilpaurheilun kriisistä sekä uudesta liikuntakulttuurista, joka edustaa perinteiselle liikunta-kulttuurille vastakkaisia arvoja. Tätä keskustelua valottamaan haluttiin arvofilosofista tutkimusta. Kaivattiin myös "arkifilosofiaa" ja pelättiin filosofien ajautuvan helposti liian kauaksi käytännöstä. Selvästi ongelmalliseksi saattoi kokea sen, että filosofisen tutkimuksen mahdollisuuksia ja filosofisia ongelmia ei osattu selvästi hahmottaa, paitsi tietysti Niiniluodon alustuksessa. Symposiumin teemaksikin järjestäjät olivat valinneet "hyvien kysymysten esittämisen".

Professori Niiniluodon alustus "Filosofian mahdollisuudet liikunnan selittäjänä"³ oli ensimmäinen selkeä suomalainen puheenvuoro tästä problematiikasta. Esitän seuraavassa Niiniluodon esitelmän sisällön lyhyesti.

Niiniluoto hahmotti liikuntatieteellisen tutkimuksen kentän seuraavasti. Liikuntatieteellisen tutkimuksen luonnollinen tutkimuskohde on liikunta. Liikunnan tutkimus jakaantuu eri alatieteisiin seuraavasti:

¹Rusama ym. 1987, Seppänen 1986.

²Sironen 1986.

³Niiniluoto 1989.

LIIKUNTA

liikunnan historia
liikunnan kasvatustiede
liikunnan psykologia
liikuntalääketiede
liikunnan sosiologia
liikunnan taloustiede
liikunnan filosofia

Aivan kuten filosofien tutkimusote on suunnattu taiteeseen tai tekniikkaan, jolloin tulokseksi on tullut taiteen tai tekniikan filosofiaa, se voidaan suunnata myös liikuntaan. Liikunnan filosofia Niiniluodon esityksessä jakaantui seuraavasti:

LIIKUNNAN FILOSOFIA

ontologia
 tieto-oppi
 taito-oppi
 teon teoria
 filosofinen antropologia
 kulttuurifilosofia
 aksiologia
 yhteiskuntafilosofia
 kasvatustieteiden filosofia

Mahdollisia liikunnan filosofisia tutkimusongelma-alueita Niiniluoto esitti seuraavasti:

1. Peruskäsitteet. Sellaiset liikunnan peruskäsitteet kuten urheilu, liikunta, leikki, tanssi, työ jne. vaativat filosofista analyysiä. Näin voitaisi päästä käsiksi esimerkiksi eri liikuntamuotojen implisiittisiin metafysisiin olettamuksiin.

2. Taidot. Taito-oppi olikin Niiniluodon omaperäisin oivallus. Käsitettä ei löydy kansainvälisestäkään liikunnan filosofian kirjallisuudesta. Ongelmia voisivat olla esimerkiksi tiedon osuus taidossa, taitojen opetus, taidon luonne jne. Tutkimusalue olisi siis tietoteorian vastine: taitoteoria.

3. Toiminta. Toiminnan teoriaan liittyvät filosofiset pohdiskelut voisi ulottaa myös liikunnan alueelle. Mielenkiintoinen ongelma voisi olla esimerkiksi joukkuepelien intentionaalisuus, "mententiot".

4. Ihmiskäsitys. Eri liikuntamuodot perustuvat erilaisille ihmiskäsityksille. Tähän ongelma-alueeseen voisi kuulua esimerkiksi klassinen body - mind -problematiikka, miten siihen implisiittisesti tai eksplisiittisesti suhtaudutaan eri liikuntamuodoissa. Edelleen urheilun ja itsensä toteuttamisen suhde kuuluisi tähän; samoin vaikkapa urheilussa esiintyvät elämän metaforat.

5. Arvot. Liikunnan arvoja voisi lähestyä itsearvo ja välinearvo käsitteiden kautta. Edelleen arvoihin liittyvät liikunnan tavoitteet, liikunnan ideologiat, liikunnan kulttuurihistoria sekä liikuntapolitiikan perusteet.

6. Tiede. Yksi keskeinen liikunnan filosofian tutkimuskohde on tietenkin liikuntatieteen tieteenfilosofia.

Niiniluodon alustus toi hyvin esiin liikunnan filosofisen analyysin mahdollisuuksia. Alustusta seuranneessa keskustelussa Niiniluodolta edelleen perättiin filosofian mahdollisuutta ratkaista urheiluun liittyviä eettisiä ongelmia. Sellaisiahan ovat esimerkiksi doping, urheilun kaupallistuminen ja urheilun väkivaltaisuus. Niiniluodon vastaus oli ainoa mahdollinen: Filosofia ei voi ratkaista arvo-ongelmia, sitä mikä on oikein ja mikä väärin, se voi vain selventää käytävää keskustelua ja antaa siihen omalla panoksellaan uusia käsitteitä ja aineksia.

Päällimmäiseksi mielikuvaksi LTS:s järjestämästä symposiumista jäikin se, että liikunnan ja urheilun parissa työskentelevä kenttä kaipaa filosofialta apua juuri urheilun eettisten ongelmien ratkaisemiseksi. Tämähän oli jo 1985 istuneen komiteankin toive.

Symposiumissa tuli myös kartoitettua tämän hetken liikunnan filosofinen tutkimus Suomessa. Sitä ei ole paljon. Tampereen yliopiston filosofian laitoksella näyttää olevan tällä hetkellä liikunnan filosofisen tutkimuksen painopiste. Siellä on työn alla kaksi liikunnan filosofian alaan kuuluvaa liseniaattityötä. Jyväskylän yliopistossa on yksi tutkimustaan aloitteleva ryhmä, jonka teemana on ruumiillisuuden käsite filosofian historiassa. Ruumiillisuuden kautta tutkimus sivuaa liikunnan filosofiaakin.

1.5. Suomalaisen liikunnan filosofian erityispiirteitä

Miten voi puhua suomalaisen liikunnan filosofian erityispiirteistä, vaikka koko tutkimus ei ole vielä edes kunnolla lähtenyt käyntiin? Edellä esittämäni katsaukseen sisältyy kuitenkin ainakin kolme ennako-oletusta.

Ensimmäinen sisältyy liikunnan filosofian käsitteeseen. Liikunnan käsite vakiintui suomalaiseen kielenkäyttöön vasta 1960-luvulla. Pauli Vuolteen mukaan vuonna 1967 pidetyillä liikuntapoliittisilla neuvottelupäivillä "liikunta määriteltiin eräänlaiseksi kokoavaksi yläkäsitteeksi, joka eriytyi liikunnan osa-alueiden alakäsitteiksi, huippu- ja muuksi kilpaurheiluksi, kuntoliikunnaksi ... jne."¹ Kahdeksankymmentäluvulla on alettu puhua liikuntakulttuurista. Jo vuonna 1979 kokoontunut seminaari kulki nimellä "Liikuntafilosofia-seminaari". Siksi oli vain luonnollista, että 1985 liikuntatieteellistä tutkimusta pohtinut seminaarikin puhui liikunnan filosofiasta liikuntakulttuurin olemassaolon merkitystä pohtivana tieteenalana.

Merkityksellistä tämä on siksi, että kansainvälinen liikunnan filosofinen kirjallisuus käyttää yleensä käsitettä urheilun filosofia (the philosophy of sport, sport philosophy; die Sportphilosophie).² Urheilun filosofiassa filosofisen tutkimuksen kohteeksi asettuu vain urheilu eikä koko liikunnan kirjo. Osoittaakseen tutkimuskohteen mahdollisimman tarkasti Gerber ja Morgan määrittelevät urheilu- filosofisten kirjoitusten antologiassaan urheilun näin: "Urheilu on inhimillistä toimintaa, johon liittyy tietty hallinnollinen organisaatio ja historiallisen taustan omaavat säännöt, jotka määrittelevät ja rajoittavat tämän käyttäytymisen muodon ja päämäärän; se sisältää kilpailun tai haasteen elementin ja tietyn tuloksen, joka on riippuvainen fyysisestä taidosta."³ Ja tähän tulisi urheilun filosofien kohdistaa tutkiva katseensa.

Kun Suomessa on otettu käyttöön nimitys liikunnan filosofia, on samalla tehty tieteenfilosofinen ratkaisu: liikunnan filosofista tutkimusta ei tule rajoittaa vain urheiluun, vaan sen tulee kohdistua kaikkeen, mitä kutsumme liikunnaksi. Vaikka ratkaisu lienee sattuman tulosta, se on silti onnekas. Liikunnan filosofiassa voidaan tutkia yhtä hyvin kilpajuoksun, tanssin kuin joogankin filosofiaa.

¹Vuolle 1989

²Ks. esim. Gerber ym. 1979, Lenk 1983

³Gerber ym. 1979, s. vi

Kaksi muuta suomalaisen liikunnan filosofian ominaispiirrettä liittyvät siihen keskusteluun, johon (voiko muutamaa puheenvuoroa kutsua keskusteluksi?) edellä on viitattu. Filosofia on pyritty näkemään vain yhteiskuntafilosofiana tai etiikkana. Filosofian muita tutkimushaaroja ei vielä nähdä. Positiivinen pilkahdus myös muunlaiseen liikunnan filosofiaan oli Liikunta ja tiede -lehden teemanumero 2/89¹, jossa pohdittiin liikunnan ja taiteen suhteita. Tarkasti katsoen voisi nähdä kahden liikunnan filosofisen koulukunnan olevan iduillaan: Tampereella fenomenologisesti suuntautuneen, Jyväskylässä yhteiskuntafilosofisesti suuntautuneen. Mihin suuntaan nämä idut varttuvat, jää nähtäväksi.

¹Patja 1989, Sironen 1989. Saman keskustelun jatkoa: Klemola 1989b.

II Kansainvälinen liikunnan filosofia

2.1. Anglosaksinen perinne

Liikunnan ilmiöiden tieteellinen tutkimus alkoi tämän vuosisadan alun vaiheilla, jolloin ilmestyivät ensimmäiset liikuntaan liittyvät biologiset, psykologiset ja sosiologiset tutkimukset. Filosofinen näkökulma liikuntaan kehittyi hitaasti. Osterhoudt erottaa tässä kehityksessä kolme vaihetta: primitiivisen, liikunnan filosofian muotoutumisen ja luovan vaiheen¹.

Primitiiviseksi vaiheeksi hän kutsuu aikaa ennen 1960-lukua. Filosofian historiasta voi löytää koko joukon mainintoja ja viittauksia urheiluun ainakin Platonista alkaen, jolle voimistelu, erityisesti paini, oli nuorten kasvatuksen tärkein väline. Nämä viittaukset eivät olleet systemaattisia urheilun filosofian pohdiskeluita. Useasti ne liittyivät yleisempään kasvatustutkimukseen pohdintaan. Vasta 1920-luvulla ilmestyi useampi tutkimus, jossa urheilu itsessään otettiin filosofisen tarkastelun kohteeksi. Nämä analyysit olivat tosin epäsystemaattisia ja epätarkkoja, mutta ne osoittivat kohteen uudelle filosofiselle aluevaltaukselle. Aina 1960-luvulle asti näiden julkaisujen teemana pysyi liikunnan ja liikuntakasvatuksen biologiset, sosiologiset, hallinnolliset ja kasvatustutkimuksen perusteet.

Kuusikymmentäluvun alussa ilmestyi joukko tutkimuksia, joissa tehtiin yhteenveto aikaisemmasta kirjallisuudesta ja ehdotettiin filosofisia tutkimustapoja, joiden avulla voitaisi aidommin lähestyä urheiluun ja liikuntakasvatukseen liittyviä ongelmia. Osterhoudt kutsuu tätä aikaa liikunnan filosofiassa muotoutumisen ajaksi, koska silloin muodostui filosofisesti kohdallisempaa liikunnan tutkimusta.

Tälle perustalle nousi kuusikymmentäluvun lopulla Osterhoudtin luovaksi periodiksi kutsuma liikunnan filosofia, jonka ensimmäisiä saavutuksia oli Howard S. Slusherin *Man, Sport and Existence: A Critical Analysis*.² Se on systemaattinen urheilun filosofinen analyysi, jossa sovelletaan eksistentiaalistista tutkimusperinnettä. Slusher näkee urheilussa yhden tavan etsiä autenttista ihmisenä olemista. Osterhoudt luettelee tähän aikaan kuuluvaksi myös neljä muuta teosta: Herrigelin *Zen ja jousella-ampumisen taito*³, Huizingan *Leikkivä ihminen*⁴, Methneyn *Movement and Meaning*⁵ ja Weissin *Sport: A Philosophic Inquiry*.⁶ Vaikka Huizingan ja Herrigelin kirjat oli julkaistu jo vuosikymmeniä aiemmin, ne saivat liikunnan filosofisen merkityksensä vasta Slusherin kirjan julkaisemisen jälkeen. Tästä alkoi liikunnan filosofisen tutkimuksen jatkuva kasvu.

¹Osterhoudt 1978, s. 21 - 26.

²Slusher 1967.

³Herrigel 1978.

⁴Huizinga 1984.

⁵Methney 1968.

⁶Weiss 1969.

2.2. Saksalainen tutkimusperinne

Osterhoudtin näkökulma rajoittuu vain anglosaksiseen tutkimusperinteeseen. Mutta on olemassa myös toinen: saksankieleinen liikunnan filosofia. Sen synty noudattelee tosin Osterhoudtin ajanjaksoja, mutta sen ongelmanasettelu oli toinen. Kun kuusikymmentä luvun englanninkielisessä liikunnan filosofisessa kirjallisuudessa pohdittiin urheilun ja liikunnan olemusta yksilöstä käsin, saksalainen tutkimus painottui yhteiskuntafilosofisesti. Frankfurtin koulun yhteiskunta-analyysien, ennen kaikkea Adornon tekstien innoittamana, syntyi joukko urheilun marxilaista analyysiä. Bero Rigauerin *Sport und Arbeit* (1969) oli niistä tärkein. Kriittisen kannan marxilaisten tulkinnoille esitti mm. Henning Eichberg (1973) ja Hans Lenk (1972).

2.3. Intian, Kiinan ja Japanin perinteisten liikuntamuotojen filosofia

Kolmantena tärkeänä liikunnan filosofian maantieteellisenä alueena voidaan nähdä Intian, Kiinan ja Japanin perinteisiin liikuntamuotoihin liittyvä filosofointi. Tähän filosofiaan tutustumista vaikeuttaa se, että syvälinen tutkimus edellyttäisi tutkijalta sanskritin, kiinan ja japanin kielten taitoa. Onneksi edustava osa tästä kirjallisuudesta on käännetty englanniksi. Näiden maiden liikunnan filosofia on historiallisesti vanhinta. Puhe liikunnan filosofiasta sanan nykymerkityksessä ei ole liioittelua, sillä useat näiden maiden perinteiset liikuntamuodot liittyvät suoraan johonkin uskonnollis-filosofiseen traditioon, jonka puitteissa siihen liittyvä liikuntamuoto saa filosofisen sisältönsä.

Intiassa jooga liittyy samkhya-filosofiaan¹. Patandzalin jooga-suutrat ovat peräisin ajalta noin 200 eaa. - 400 jaa. Tämä on se ajallinen väli, johon eri tutkijat Patandzalin sijoittavat. Kiinassa elää edelleen kaksi liikunnan perinnettä, jotka liittyvät kahteen uskonnollis-filosofiseen traditioon: buddhalaisuuteen ja taolaisuuteen². Taidzin klassisten kirjoitusten ikää ei tarkasti tiedetä, joka tapauksessa ne ovat useita satoja vuosia vanhoja³. Japanilaiset nk. budo-lajit liittyvät lähinnä kungfutselaisuuteen ja zen-buddhalaisuuteen⁴. Zenin ja miekkailutaidon yhteyttä pohtiva zen-munkki Takuan Sohon kirjoitus⁵ on peräisin 1600-luvulta. Tokugawa-ajanjakson (1600 - 1863) aikana syntyi paljon juuri miekkailutaidon filosofista perustaa pohtivia kirjoituksia⁶.

Myös lännessä on alettu vähitellen kiinnittää huomiota Intian, Kiinan ja Japanin liikuntakulttuureihin liittyviin filosofioihin. Eugen Herrigelin kirja *Zen ja josella ampumisen taito* oli ensimmäisiä tämän kiinnostuksen herättäjiä, samoin T.D. Suzukin kirja *Zen and Japanese Culture*⁷, joka sisältää kaksi zenin ja miekkailutaitoa käsittelevää lukua. M. Eliaden kirja *Yoga, Immortality and Freedom*⁸ on joogatutkimuksen klassikko.

¹Ks. esim. Mishra 1973.

²Ks. esim. Klemola 1988a ja 1989a

³Ks. esim. Wile 1986.

⁴Ks. esim. Klemola 1988a.

⁵Takuan 1986.

⁶Ks. esim. Kammer 1986, Stevens 1984; Samaan perinteeseen liitty esim. Ueshiba 1984.

⁷Suzuki 1973.

⁸Eliade 1969.

Yleistäen voisi todeta, että edellä kuvattujen idän liikuntakulttuurien filosofinen tutkimus on lännessä vasta aluillaan¹. Niiden sisältämä ihmiskäsitys, mm. psyko-fyysisen ongleman ratkaisu on hyvin lähellä eksistentiaalistis-fenomenologista ihmiskäsitystä, joka painottaa ihmisen kokonaisuutta².

III Liikunnan filosofian nykytutkimus

Liikunnan filosofia järjestäytyi kansainvälisesti vuonna 1972, jolloin perustettiin The Philosophic Society for the Study of Sport (PSSS), joka 1974 alkoi julkaista liikunnan filosofista aikakauslehteä *Journal of the Philosophy of Sport*³. Myös liikuntakasvatuslehti *Quest* julkaisee liikunnan filosofiaa käsitteleviä artikkeleita.

Suurin osa urheilun filosofista tutkimusta on esseetyyppisiä artikkeleita, joita on koottu muutamaan edustavaan antologiaan. Niistä ensimmäisiä olivat Gerberin ja Morganin toimittama *Sport and Body* (1972) ja Osterhoudtin toimittama *The Philosophy of Sport* (1973). Hans Lenkin toimittama *Aktuelle Probleme der Sportphilosophie* (1983) on PSSS:n vuoden 1980 Karlsruhen kansainvälisen kongressin anti. Uusin kokoomateos on Morganin ja Meierin toimittama *Philosophic Inquiry in Sport* (1988). Tutustumalla näihin lähteisiin saa hyvän kuvan siitä, mitä liikunnan filosofiassa on tutkittu ja parhaillaan tutkitaan.

Katsaus näihin lähteisiin asettaa liikunnan filosofian tämänhetkisen tutkimuskentän seuraavasti:

1. Peruskäsitteiden analysointi. Etsitään sellaisten käsitteiden kuten urheilu, leikki ja peli luonteenomaisia piirteitä. Käsitteitä pyritään määrittelemään ja tekemään erilaisin käsitteellisin kriteerein eri liikuntamuotojen luokituksia.

2. Urheilun olemuksen etsintä. Etsitään vastausta kysymykseen, mitä urheilu on. Tässä keskustelussa on saanut paljon tilaa leikin käsite. Monen artikkelin lähtökohta on Huizingan klassinen leikitutkimus. Urheilun olemuksen etsintää on myös sen yhteiskuntafilosofinen selittäminen. Tässä keskustelussa on selvästi kaksi näkökulmaa: Urheilun olemusta yritetään löytää joko yksilöstä tai sitten yhteiskunnasta käsin. Urheilun yhteiskunnallista luonnetta käsittelevä tutkimus löytyy parhaimmillan sosiologian puolelta.

3. Ihmisenä oleminen, eksistenssi ja urheilu. Viitataan tällä nimellä siihen eksistentiaalistisesta perinteestä voimansa saavaan tutkimukseen, joka näkee urheilussa mahdollisuuden eksistenssinsä autenttiseen toteuttamiseen. Tähän liittyvät artikkelit käsittelevät esimerkiksi sellaisia urheiluun liittyviä käsitteitä kuten vapaus, mahdollisuus, vakavuus, Angst. Myös leikki voidaan nähdä inhimillisen eksistenssin perustavaksi muodoksi.

¹Ks. esim. Back 1979, Case 1984, Kleinman 1986, Legget 1987.

²Ks. esim. Klemola 1988b.

³Osterhoudt 1978, s. 26.

4. Urheilu ja kehollisuus. Tämän otsikon alle asetan sen tutkimuksen, jossa käsitellään klassista body - mind -ongelmaa urheilun ja liikunnan kannalta. Painopiste tässä tutkimuksessa on fenomenologisella tutkimusotteella, jossa tutkitaan kehollisuutta, "elettyä kehoa", urheilun ja liikunnan kannalta. Tämä tutkimus on yleensä dualismia kritisoivaa, siis monistista.

5. Urheilun etiikka. Tämä tutkimusala saa kirjallisuudessa monasti eniten tilaa. Urheilun eettisiä kysymyksiä ovat fair-playn käsite, huijaaminen ja doping, urheilu eettisen kasvatuksen välineenä, urheiluväkivalta eettiseltä kannalta jne.

6. Urheilu ja estetiikka. Urheilun estetiikassa pohditaan urheilun ja taiteen suhteita, liikkeen estetiikkaa, pelin estetiikkaa, esteettistä ruumiinkokemista, urheilun ja teatterin suhdetta, urheilua ja aistillisuutta.

7. Urheilun yhteiskuntafilosofia. Tässä keskustelussa teemana on yleensä se, miten urheilu joko pyrkii säilyttämään tai rikkomaan yhteiskunnan sosiaalisia ja poliittisia rakenteita. Urheilu voidaan nähdä kapitalistisen yhteiskunnan suoritusperiaatetta jäljittelevänä, mutta se voidaan myös nähdä yksilöä kehittävästä ja vapauttavana.¹ On myös tutkittu urheilun merkitystä kansainvälisessä rauhatyössä sekä naisena olemista urheilussa.

8. Liikkeen filosofia. Liikkeen filosofisia ulottuvuuksia pohdittaessa ei yleensä rajoituta urheiluun. Tutkimuksen teemoja ovat esimerkiksi liikkeen käsite, liike ja järki, rytmi, liikkeen olemus, liike ja merkitys.²

IV Mitä liikunnan filosofia on ja mitä se voi olla?

Edellä on vastattu kysymykseen, mitä akateeminen liikunnan filosofia tällä hetkellä tutkii. Samalla on hahmottunut vastaus kysymykseen, mitä liikunnan filosofia on. Mutta on olemassa myös toinen näkökulma, joka syntyy itse filosofian käsitteen merkityksen pohjalta. Filosofiahan tarkoittaa viisauden rakastamista.

Martin Heideggerin mukaan kreikan sana filosofia osoittaa tien. Tien mistä minne? Filosofin rakkauden kohde on sofon, viisaus. Rakkaus, filein, tarkoittaa Heideggerin mukaan olemista sopusoinnussa logoksen kanssa. Tämä sopusointu luo ihmisen ja viisauden välille harmonian. Edelleen Heidegger tulkitsee sanan sofon osoittavan Herakleitoksen lauseeseen En Panta, "oleva on yksi".³ Näin ollen filosofia osoittaa tien kohti olevaa, joka on yksi. Viisauden rakastaminen ja sen etsiminen merkitsi kreikkalaisille siis pyrkimystä olevan olemisen yhteyteen.

Akateemisen liikunnan filosofian näkökulma liittyy tapaan nähdä filosofia metoditieteenä, joka tutkiessaan erityistieteitä auttaa niitä erityistiedon kasvussa. Tällöin filosofia on vain väline, työkalu erityistieteiden käytössä. Filosofia ei kuitenkaan tyhjene tähän näkökulmaan. Filosofointi voidaan

¹Ks. esim. Lenk 1972, 1979, 1985.

²Ks. esim. Best 1978.

³Heidegger 1988, s. 14 - 15.

myös nähdä ihmiselämään liittyvänä arvona sinänsä. Se on silloin ihmiselle ominaista oman elämänsä ja maailmassa-olemisena hahmottamista ja pyrkimistä sen ymmärtämiseen. Se on silloin Heideggerin esiintuomaa olemisen tutkimista, pyrkimistä olevan yhteyteen. Tämä on se kaiken filosofoinnin taustalla oleva ykseys, josta käytetään nimitystä *philosophia perennis*.¹ Myös liikunnan filosofia voi olla tällaista.

Useissa filosofisissa perinteissä ruumiinharjoitukset liittyvät olennaisena osana filosofian harjoittamiseen.

Platonille voimistelun, musiikin ja geometrian harrastaminen loi edellytyksen kaikelle kasvatukselle - myös filosofin. Hänen mukaansa "oikeaa on kasvatus, joka osoittaa pystyvänsä kehittämään ruumiin ja hengen niin kauniiksi ja hyviksi kuin mahdollista."² Voimistelun, musiikin ja geometrian avulla voidaan Platonin mukaan saattaa sielun eri osat sopuuntoon toistensa kanssa. Filosofiksi aikovalle voimisteluharjoitukset ovat erityisen tärkeitä, koska voimistellessaan ihminen on tekemisissä "syntyvän ja häviävän kanssa"³. Oman kehonsa kasvua ja rappeutumista tarkkaillaessaan filosofi oppii paremmin ymmärtämään myös maailmaa, joka on jatkuvan muutoksen, tulemisen tilassa.⁴

Spinoza toteaa Etiikassaan: "Kenellä on monissa suhteissa taitava keho, hänellä on henki, joka on suurimmalta osalta ikuinen."⁵ Spinozalle ihminen on kokonaisuus, jonka attribuutteja keho ja mieli ovat. Koska keho ja mieli ovat saman substanssin, jumalan, attribuutteja, kehon ja mielen harjoitus ovat sama asia. Spinoza toteaa edelleen etiikassaan. "Jos jokin lisää, vähentää, auttaa tai rajoittaa kehomme toimintakykyä, saman asian idea lisää, vähentää, auttaa ja rajoittaa mielemme ajattelukykyä."⁶ Näin ollen halutessaan pitää yllä kykyään filosofoida, filosofin tulee Spinozan ajatustavan mukaan pitää huolta myös kehostaan. Silloin filosofin mielikin sopeutuu "ymmärtämään selkeästi"⁷, kuten Spinoza toteaa.

Edellen monissa "itämaisissa" viisauden traditioissa viisauden etsijän edellytetään harjoittavan myös ruumistaan. Tunnetuin näistä lienee Patandzalin jooga. Siinä filosofi pyrkii löytämään todellisen itsensä ja saavuttamaan vapauden erilaisten meditaatiotekniikoiden avulla, joihin liittyvät myös monet ruumiinharjoitukset, nk. asanat. Joogassa asanoiden tarkoituksena on tasapainottaa keho niin, että meditaatioharjoitukset käyvät mahdollisiksi. Kehon hallinnan avulla saavutetaan fyysinen rentous, joka luo perustan henkisille harjoituksille. Patanjali toteaa asanoiden merkityksestä näin: "Asana vapauttaa jännitykset ja saa aikaan luonnollisen rentouden, ja luo mielelle suotuisan ympäristön samaistua purushaan (henki)"⁸.

Taustalla kaikissa näissä perinteissä, joita on olemassa koko joukko kaikkien suurten ja pienempienkin kulttuurien alueilla, on se perenniaalisen filosofian ajatus, että etsiessään viisautta

¹Kauppi 1978, s. 1.

²Lait 788c.

³Valtio 521e.

⁴Dombrowski 1980, s. 30 - 31.

⁵Etiikka, osa V, väitelause 39.

⁶Etiikka, osa III, väitelause 11.

⁷Etiikka, osa II, väitelauseen 13 huomautus.

⁸Mishra 1973, s. 283.

ihminen ei voi laiminlyödä ihmisenä olemisensa kokonaisuutta, johon keho kuuluu kaiken henkisenkin perustana.

Liikunnan filosofi voi tutkia liikuntakulttuuria ulkoisesti, asettaa sen tarkastelunsa kohteeksi aivan kuten muokin tiedemies. Tuloksena on akateemista liikunnan filosofiaa, joka ei välttämättä lisää tekijänsä ymmärrystä itsestään ja maailmasta, jossa hän elää.

Toinen näkökulma on filosofin näkökulma sanan alkuperäisessä merkityksessä. Tällöin filosofointia ja liikunnan harrastamista ei voida erottaa toisistaan. Liikunta on silloin yksi filosofoinnin muoto, joka on arvokasta itsessään. Se on filosofista itsensä tutkimista, jatkuvaa etsintää, jossa kysymykset ovat usein käsitteellisiä, mutta vastaukset kokemuksia, jotka eivät ole käännettävissä käsitteiden kielelle. Tällöin liikunnan filosofi voi kohdata transsendentin, jota hänen Tao-te-chingin sanoin tulee kunnioittaa hiljaisuudella.

Kirjallisuus:

Back, A, Kim, D. 1979, Towards a Western Philosophy of the Eastern Martial Arts. *Journal of the Philosophy of Sport*, 5, s. 16 - 28.

Best, David 1978, *Philosophy and Human Movement*. London: George Allen and Unwin.

Case, Bob 1984, Eastern Thought and Movement Forms: Possible Implications for Western Sport. *The Physical Educator*, vol 41, no. 41, s. 170 - 175.

Dombrowski, Daniel A. 1980, Plato and Athletics. *Journal of the Philosophy of Sport*, vol. vi, p. 29 - 38.

Eichberg, Henning 1973, *Der Weg des Sports in die Industrielle Zivilisation*. Baden - Baden: Nomos Verlagsgesellschaft.

Eichberg, Henning 1987, *Liikuntaa harjoittavat ruumiit*. Jyväskylä: Vastapaino.

Eliade, Mircea 1969, *Yoga, Immortality, and Freedom*. New York.

Gerber, E., Morgan W.S. 1979, *Sport and Body, A Philosophical Symposium*. 2. p. Philadelphia: Lea & Febiger.

Heidegger, Martin 1988, *Was ist das - die Philosophie (1956)*, 9 p. Pfullingen: Neske.

Herrigel, Eugen 1978, *Zen ja jousella ampumisen taito*. (1948, *Zen in der Kunst des Bogenschiessens*.) Suom. Margareta Sipola. Helsinki: Otava.

Huizinga, Johan 1984, *Leikkivä ihminen*. (1938, *Homo ludens*.) Suom. Sirkka Salomaa. Juva: WSOY.

Kammer, Reinhard 1986, *The Way of the Sword. The Tengu-geijutsu-ron of Chozan Shissai*. London: Arkana.

Kauppi, Raili 1978, *Philosophia perennis ja sen merkitys ihmiselle*. Jyväskylän yliopiston filosofian laitos, julkaisu 9.

Kleinman, Seymor (toim.) 1986, *Mind and Body. East meets West*. Champaign: Human Kinetics.

Klemola, Timo 1988a, *Karate - do, budon filosofiaa*. Helsinki: Otava.

Klemola, Timo 1988b, *Perinteisen budon erilainen ihmiskäsitys*. Opiskelijaliikunta no. 1.

Klemola, Timo 1989a, *Taiji, liikettä hiljaisuudessa - hiljaisuutta liikkeessä*. Helsinki: Otava. Ilmestyy syksyllä 1989.

Klemola, Timo 1989b, *Urheilun teatteri*. Liikuttaja no. 3.

Komiteamietintö 1986, *Liikuntatieteellisen tutkimuksen kehittäminen vuosina 1986 - 1990*. Komiteamietintö 1985:63. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

Legget, Trevor 1987, *Zen and the Ways*. Tokyo: Tuttle.

Lenk, Hans (toim.) 1983, *Aktuelle Probleme der Sportphilosophie, Topical Problems of Sportphilosophy*. Karlsruhe.

Lenk, Hans 1972, *Leistungsport: Ideologie oder Mythos?* Stuttgart: Kohlhammer.

Lenk, Hans 1979, *Social Philosophy of Athletics*. Champaign: Stipes.

Lenk, Hans 1985, *Die Achte Kunst*. Zürich: Edition Interform.

Malkavaara, Mikko (toim.) 1987, *Kirkko ja urheilu*. Jyväskylä: SKSK-Kustannus Oy.

Methney, Eleanor 1968, *Movement and Meaning*. New York: McGraw-Hill Book Company.

Mishra, Rammurti J. 1973, *Yoga Sutras*. New York: Anchor Press.

Morgan, W.J., Meier, K.V. 1988, *Philosophic Inquiry in Sport*. Champaign: Human Kinetics.

Niiniluoto, Ilkka 1989, *Filosofian mahdollisuudet liikunnan selittäjänä*. Alustus LTS:n liikunnan filosofian symposiumissa Suomen Urheilumuseolla 6.6.1989. Julkaisematon.

Osterhoudt, Robert (toim.) 1973, *The Philosophy of Sport*. Springfield: Charles C. Thomas Pub.

Osterhoudt, Robert G. 1978, *An Introduction to the Philosophy of Physical Education and Sport*. Champaign: Stipes.

- Patja, Pirkko 1989, Onko urheilu taidetta? Liikunta ja tiede, vol. 26, no. 2, s.70 - 73.
- Platon 1977 - , Teokset. Helsinki: Otava.
- Rigauer, Bero 1981, Sport and Work. (1969, Sport und Arbeit.) Tr. Allen Gutmann. New York: Columbia University Press.
- Seppänen, Paavo 1986, Mitä arvoja liikunta (urheilu) edustaa ja edistää? Liikunta ja tiede, vol 23, no. 3, s. 138 - 143.
- Sironen, Esa (toim.) 1988, Uuteen liikuntakulttuuriin. Jyväskylä: Vastapaino.
- Sironen, Esa 1986, Sählyskupolven suuri seikkailu. Liikunta ja tiede, vol. 23, no. 3, s. 138 - 143.
- Sironen, Esa 1989, Urheilu, tanssi, performanssi. Liikunta ja tiede, vol 26, no. 2, s. 74 - 77.
- Slusher, Howard S. 1967, Man, Sport and Existence, A Critical Study. London: Henry Kimpton.
- Spinoza 1949, Ethics. Tr. W.H. White. New York: Hafner Press.
- Stewens, John 1984, The Sword of No-Sword. London: Shambala.
- Suurmäki, Timo (toim.) 1979, Liikuntafilosofia-seminaari Valkeakoskella 20. - 21.6.1979. Seminaariraportti. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu no. 72.
- Suzuki, Daisetz T. 1973, Zen and Japanese Culture (1959), 3. p. Princeton: Princeton University Press.
- Takuan, Soho 1986, The Unfettered Mind. New York: Kodansha.
- Ueshiba, Kisshomaru 1984, The Spirit of Aikido. Tokyo: Kodansha.
- Vanderwerken, David L., Wertz, Spencer K. 1985, Sport Inside Out. Readings in Litterature and Philosophy. Fort Worth: Texas Christian University Press.
- Vuento, Sinikka 1988, Tietoa on, mutta miten se välittyy. Liikunta ja tiede, vol. 25, no. 6 - 7, s. 274 - 277.
- Vuolle, Pauli 1989, Liikunnan yhteiskunnalliset ulottuvuudet. Liikunta ja tiede, vol. 26, no. 2, s. 88 - 93.
- Weiss, Paul 1969, Sport: A Philosophic Inquiry. Carbondale: Southern Illinois University Press.
- Wile, Douglas (toim.) 1986, T'ai-chi Touchstones: Yang Family Secret Transmissions. New York: Sweet Ch'i Press.

LIKKUMISEN TAITO, TIE KOHTI OLEVAA

I VARSINAINEN JA EPÄVARSINAINEN OLEMINEN

Selitän aluksi joitakin Martin Heideggerin keskeisiä käsitteitä. Miten Heidegger liittyy liikunnan filosofiaan, selittynee toivottavasti jatkossa.

Martin Heidegger (1986) tutkii filosofiassaan ihmisenä olemisen ontologisia perusrakenteita, joista keskeisellä sijalla ovat ihmisen varsinainen (*eigenlich*) ja epävarsinainen (*uneigentlich*) oleminen. Heideggerille maailmassa oleva ihminen on se avoimuus, jonka kautta oleva ilmenee olemisessaan, mutta vain siinä määrin kun ihminen itse on avoin olevalle. Epävarsinaisessa olemisessa ihminen todellistuu maailmassa niin, että hän peittää olevan näkyvistä erilaisin naamioin ja peitoin. Näiden peittojen vuoksi ihmisen on vaikea olla se valo, jonka avulla oleva valaisee itsensä.

Epävarsinaisuudessa ihmisen itse on *das Man-selbst*, sellainen itse, joka määräytyy muiden, *das Manin*, passiivin subjektin, Kenen Tahansa kautta. Ihminen ei silloin missään aidossa mielessä itse määrittele olemistaan. Ihminen on silloin langennut (*verfallen*) maailmaan. Tullakseen varsinaiseksi itseksi ihmisen on irtauduttava siitä, miten muut hänet määrittelevät. Hänen on eräällä tavalla palattava itseensä. Tämä on vaikeaa, koska Kenen Tahansa vetovoima on suuri. Kuka Tahansa poistaa taakan ihmisen harteilta. Hänen ei itse tarvitse kantaa vastuuta teoistaan, sillä hän voi aina todeta Keneen Tahansa vedoten, että niinhän kaikki tekevät. Kenenä Tahansa ollessaan ihminen on sitä, mitä kaikki ovat, mutta mitä kukaan ei varsinaisesti ole.

Kenen Tahansa puhe (*Rede*) on löpöttelyä (*Gerede*), katsomisen tapa uteliaisuus (*Neugier*) ja ymmärrys kaksimielistä (*Zweideutigkeit*) (Heidegger 1986, s. 197-175). Puheessa on tärkeää se, että se on jatkuvaa, eikä se, että se olisi kohdallista niiden asioiden olemisen tapaan nähden, josta puhutaan. Katsomisessa ei ole tärkeää pyrkimys ymmärtää vaan pelkkä näkeminen, uteliaisuus, joka myös määrää sen, mistä tulee puhua. Tällä ei ole mitään tekemistä sellaisen olevan tarkkailun kanssa, joka Heideggerin sanoin "saattaa hämmästyttää niin, että se ylittää ymmärryksemme". (Ibid., s. 172.) Päinvastoin. Se etsii "levottomuutta, jatkuvaa uuden tuomaa jännitystä ja vaihtuvia kohtaamisia". (Ibid., s. 172.) Kaksimerkityksellisyydellä Heidegger tarkoittaa sitä jokapäiväiseen olemiseemme liittyvää piirrettä, että emme kykene tekemään erottelua aidon ja epäaidon ymmärryksen välillä.

Epävarsinainen olemisemme ulottuu myös tapaan, jolla olemme toisten kanssa. Esineellistämme hänet ja riistämme häneltä hänen olemisen mahdollisuutensa.

II LIIKUNNAN PROJEKTIT

Liikuntaan liittyy koko joukko erilaisia päämääriä ja kokemuksellisia tasoja. Otan lähtökohdakseni liikuntakulttuurin jaon neljään projektiin: (i) voiton, (ii) terveyden, (iii) ilmaisun ja (iv) itsen projekteihin.

Voiton projektilla tarkoitan kaikkea sitä liikkumista, jonka päämääränä on voitto. Kilpa- ja huippu-urheilu liittyvät tähän. Heideggerin käsittein voiton projekti on mitä selvimmin Kenen Tahansa (*das Man*) projekti. Yhtenä keskeisenä piirteenä epävarsinaiseen olemiseen liittyy Heideggerilla etäisyyden mittaaminen (*Abständigkeit*) toisista. Epävarsinaisessa olemisessä ihminen suhteuttaa aina olemisensa siihen, miten muut ovat, siis Keneen Tahansa. Hän mittaa etäisyyttään muista. Voiton projektissa tämä on viety huippuunsa. Digitaalitekniologia on valjastettu palvelemaan yhä tarkempaa mittaamista. Urheilijan taito mitataan senttimetreinä, grammoina tai sekunteina. Sekunnitkaan eivät enää riitä, tarvitaan sadasosa ja tuhannesosa sekunteja.

Terveyden projektissa, jolla tarkoitan kunnon ja terveyden vuoksi tehtävää liikuntaa, ideaali - oli se sitten ideaali kunto tai ideaali keho - on yleensä Kenen Tahansa ideaali. Näinhän se on ilman muuta silloin, kun ihanteen määrää muoti. Käsite "massaliikunta" jo nimenä ilmaisee sen, että on tarkoituskin olla osa massaa.

Ilmaisun projektilla tarkoitan kaikkea sitä liikuntaa, joka liittyy ilmaisemiseen. Tanssija pyrkii taitonsa avulla ilmaisemaan joko erilaisia tunteita, jotakin tarinaa tai jotakin vaikeammin määriteltävää. Tutkiessaan liikkeensä avulla ilmaisullisia mahdollisuuksiaan tanssija tietysti tutkii itseään ja omia potentiaalejaan, mutta mistään eksplisiittisestä pyrkimyksestä kohti Heideggerin varsinaista itseä ei ole kysymys. Toisaalta, kun tanssija luo itse oman koreografiansa, ei myöskään voida sanoa, että hänen liikkeensä olisi toisten, Kenen Tahansa, määräämää. Itseilmaisussa ainakin lähestytään sitä, mitä Heidegger kutsuu varsinaiseksi itseksi.

Liikuntamuodoissa, joita kutsun itsen projekteiksi, tämä pyrkimys on eksplisiittinen. Itsen projekteja ovat esimerkiksi intialainen *jooga*, kiinalainen *taizi*, japanilaiset *budo-lajit*; mutta myös steinerilainen *eurytmia* tai *dervissien tanssi*. Kaikissa näissä liikkumisen tavoissa pyritään erilaisten kehollisten taitojen avulla varsinaiseen olemiseen, jossa olevan peittävät verhot ja peitot poistuvat ja ihminen kykenee olemaan se avoimuus kohti olevaa, jota hän jo alkuperäisesti onkin. Tavoitteena tässä on siis siksi tuleminen, mitä ihminen itse asiassa jossain aidossa mielessä aina jo on, vaikka hän on tämän alkuperäisen yhteytensä kadottanut. Tämähän on kaiken perenniaalisen filosofian ydin ja tätä ydintä etsitään monissa traditioissa kehollisin tekniikoin.¹

III MEDITATIIVINEN JA LASKEVA AJATTELU

¹Varsinaiseksi tuleminen vaatii siis ihmiseltä ponnistelua ja harjoitusta. Harjoittelun avulla ihminen voi aktualisoida sen, mitä hän potentiaalisesti on. Ihmisyyteen "olemuksellisesti" kuuluu esimerkiksi se, että hän on kieltä käyttävä olento. Kielellisyytemme on meille yhteistä. Harjoittelun avulla kykenemme todellistamaan tämän potentiaalimme. Voin puhua kiinaa, jos käyn ensin läpi tietyn harjoittelun. Varsinaisena oleminen on saman tapaisesti jotakin, jota jo potentiaalisesti olemme. Meidän vain pitää aktualisoida tämä mahdollisuutemme. Monissa perinteissä tässä harjoituksessa käytetään hyväksi kehollisia tekniikoita.

Tämän perenniaalisen filosofian ytimen etsiminen ja sen ymmärtäminen tienä, vaatii erityisenlaista ajattelua, ajattelua, josta Heidegger (1988, s. 12-13) toteaa meidän olevan jatkuvasti paossa. Heideggerin analyysin mukaan teknologia on laskevan ajattelun (*das rechnende Denken*) tulosta. Laskevassa ajattelussa viipaloimme olevan kappaleiksi ja alistamme sen manipulaatiomme kohteeksi. Näin luonostakin tulee meille vain raaka-ainevarasto ja näemme kaikki oliot omasta ego-logisesta näkökulmastamme, jolloin ymmärrämme niitä vain siitä lähtien, ovatko ne meille hyödyksi vaiko eivät. Olemme kadottaneet kykymme nähdä kokonaisuus.

Mutta on olemassa toisenlainenkin ajattelutapa: meditatiivinen ajattelu (*das besinnliche Nachdenken*), joka pyrkii näkemään olevan kokonaisuutena, sellaisena kuin se itsestään on, eikä sellaisena, miten me sen kuvittelemme tai haluaisimme olevan. Tämä ajatustapa vaatii meiltä Heideggerin mukaan olevan jättämisen silleen (*Gelassenheit zu den Dingen*) (ibid., s. 23).

Tämä ei merkitse passiivisuutta, niin kuin silleenjättäminen usein ymmärretään. Silleenjättämistä voi hyvin verrata taolaiseen *wu-wein* käsitteeseen (Hwa 1987, s. 233-234), joka käännetään yleensä toiminnaksi, joka on ei-toimintaa ja joka tarkoittaa toimimista harmoniassa *taon* kanssa. Taolainen, joka toimii *wu-wein* hengessä, kunnioittaa olioita ja olevaa kokonaisuutena ja toimii niin, että hän sallii olioiden oman luonnon tulla esiin, eikä pyri tukahduttamaan sitä. Hän pyrkii siis Heideggerin käsittein olemaan avoin olevalle.

Tällaista ajattelua Heidegger kutsuu myös olevan olemisen mieleenpalauttamiseksi. Heidegger siis vaatii ajattelulta paljon: olevan olemisen ja siitä irti ajautuneen ihmisen erillisyyden päättymistä.

Ajattelu tässä mielessä ei ole mikään tpahtuma mielessä, vaan se on jotakin, jossa olemme mukana koko kehollamme.

IV AJATTELU KÄSILLÄ

On yleinen länsimaiseen metafysiikkaan liittyvä harha, että ihmiskeho ei kykene ajattelemaan tai muistamaan mitään. Nämä ovat kaikki mielen kykyjä, joka sijaitsee jossakin päämme tai tarkemmin aivojen alueella. Tähän liittyy tietysti kulttuurimme vahva dualistinen ajattelu. Mutta mitä muuta me teemme kirjoittaessamme koneella kuin ajattelemme käsillämme. Maurice Merleau-Ponty kirjoittaa taidon olevan "tietoa käsissä, joka tulee esiin vain, kun teemme fyysisen ponnistuksen, eikä sitä voida formuloida irtaantuneena tuosta ponnistuksesta." (Merleau-Ponty 1987, s. 168.)

Ajatus siitä, että ajattelemme myös kehollamme ja käsillämme löytyy myös Heideggerilta. Hän kirjoittaa näin: "Käden toiminta on rikkaampaa kuin normaalisti kuvittelemme. Se ei ainoastaan tartu ja ota kiinni tai työnnä ja vedä. Käsi kurottautuu ja ojentautuu, ottaa vastaan oman tervetuloivotuksensa toisten käsistä. Käsi pitää kiinni. Käsi kantaa. Käsi suunnittelee. Käsi on kaikkea tätä ja sellaista on todellinen käsityö." Ja edelleen: "Jokainen käden liike kaikissa sen askareissa kantaa mukanaan ajattelun elementin; kaikki käden kannattelema kantaa itseään tässä elementissä. Kaiken käden työn perusta on ajattelu." (Heidegger 1985, s. 50-51.)

On selvää, että Heidegger ei tarkoita tässä mitään mielen ajattelua, vaan samaa, mitä Merleau-Ponty ajaa takaa: käden toiminta on ajattelua.

Tässä olen päässyt esitelmäni keskeiseen ajatukseen: Jos ajattelu on olevan mieleenpalauttamista ja myös käsi ja koko keho voi ajatella, käden liike on ajattelua, niin meillä on tie auki kehon liikkeen kautta kohti olevan olemisen ymmärrystä. (Ks. Levin 1985.)¹ Tämän tien avoimuus edellyttää sitä, mitä Heidegger kutsuu varsinaiseksi olemiseksi. Näin liikkeen taito tienä kohti olevan olemisen ymmärrystä on samalla myös tie kohti varsinaista olemista. Tämä on ehkä se tie, josta joskus puhutaan "kehon mykkänä viisautena".

V KUINKA KOHTELEMME ESINEITÄ?

Voimme käsitellä esineitä taitavasti ja taitamattomasti. Heidegger (ibid., s. 50) kuvaa esineitä taitavasti käyttävää puuseppää, joka veistäessään puuta pyrkii saattamaan haluamansa muodon siitä esiin rikkomatta puun olemisen tapaa vastaan - veistämättä siis esimerkiksi vastasyhyhyn. Päinvastoin hän pyrkii saattamaan siitä esiin haluamansa muodon niin kuin se puun luonnon mukaan siitä luonnollisimmin paljastuu. Suhtautuminen puuhun tapahtuu silleenjättämisen hengessä. Ja aivan kuin puuta, hän kohtelee myös omia työkalujaan taitavasti käyttämättä höylää esimerkiksi vasarana, jolloin toimittaisi sen omaa olemisen tapaa vastaan ja rikottaisi se, eikä vai se, vaan myös suhteemme tähän olioon.

Japanilaiset käyttävät termiä *muri* tällaisesta toiminnasta. *Mu* tarkoittaa tyhjyyttä ja negatiota ja *ri* periaatetta, *muri* toimintaa vastoin olioon liittyvää sisäistä periaatetta. *Muri* on esimerkiksi painavan kiven kierittäminen sen kautta, jossa se eniten ottaa vastaan. (Ks. Legget 1987, s. 122-126.)

Taitavassa olion käsittelyssä toimitaan sopusoinnussa olion olemisen tavan kanssa, ollaan sille avoimia, ajatellaan sitä Heideggerin mielessä. Taitamattomassa rikomme tätä sopusointua vastaan kuin silittäessämme kissaa vastakarvaan.

Käyttäessämme liikkumisen taitoamme itsen tutkimisessa, nämä kummatkin suhtautumistavat tulevat hyvin esiin. Voiton projektissa, jossa itsen tutkiminen on lähinnä fyysisen suorituskyvyn rajojen tutkimista, esineisiin ja toisiin ihmisiin suhtaudutaan taitamattomasti: pelivälineet monasti särkyvät niiden törmäillessä toisiinsa tai vastapelaajien kehoon. Eivätkä vain välineet vaan myös kehot törmäilevät toisiinsa ja rikkoutuvat.

Itsen projekteissa, joissa sekä välineitä käyttäen että ilman niitä pelkän kehon liikkeen avulla pyritään varsinaiseen itseen ja avoimuuteen olevalle, myös esineitä ja kehoa käytetään taitavasti, niiden omin olemisen tapa huomioon ottaen.

Iaidossa, miekanvetämisen taidossa, miekkaa kohdellaan seremoniaalisesti, sille kumarretaan; käytön jälkeen se puhdistetaan ja öljytään huolella. Esineen käyttö on seremoniallista aivan kuin

¹Levin käsittelee kirjassaan (1985) samaa ajatusta. Hän pyrkii yhdistämään teoksessaan Heideggerin ajatuksen varsinaisesta olemisesta Merleau-Pontyn kehollisuuden filosofiaan.

chadossa, teeseremoniassa tai *kadossa*, kukkienasettelun taidossa, joissa itsen tutkimisen välineitä ovat teeasiat, teehuoneen ilmapiiri tai huolella käsitellyt kukat.

Esimerkiksi kukkienasettelun taidossa (Herrigel 1987) päämääränä on asettelun avulla ilmaista, miten kukat itse ilmaisevat olemistaan luonnossa. Taitavan kukkien käsittelyn avulla asettelija voi saada myös itse välähdyksen omasta kuuluvuudestaan olevan kokonaisuuteen. Kukkien symboliikka, jossa asetelman kolme pääoksa edustavat taivasta, maata ja ihmistä niiden välissä, tulee näin asettelijan omaksi eksistentiaalisiksi kokemuksiksi.

VI LIIKE OLEVAN IMITOINTINA

Kun itsen projekteissa tähän kokemukseen pyritään ilman välineitä pelkän kehon liikkeen avulla, tällöin tekniikkana on olevan ja olioiden mahdollisimman taitava jäljittely, imitointi ja toisto. "Kiinalaisessa aamuvoimistelussa", taizissa, liike on hidasta ja jatkuvaa virtausta, koska oleva, *tao*, on aina jatkuvan muutoksen tilassa, jossa vastakkaiset voimat, *jin* ja *jang*, vaihtuvat alati toisikseen. Taizin liikkeiden muodossa jäljitellään tätä olevan virtausta ja jinin ja jangin vuorottelua: kun oikea käsi nousee, vasen laskee, kun oikea jalka on tyhjä, vasen on täysi ja seuraavassa hetkessä asia on päinvastoin. (Klemola 1990, s. 203-205.)

Taizissa imitoidaan myös eläimiä, jotka elävät jollain aidolla tavalla olevan yhteydessä. Niinpä taizissa "levitetään siivet kuin kurki" tai "ryömitään maassa kuin käärme." (Ibid., s. 206-207.)

Esimerkkejä itsen projekteihin liittyvästä olevan ja olioiden imitoinnista on paljon. Sufimystikot, "tanssivat dervissit" matkivat pyörivää maailmankaikkeutta omassa hurjassa, tuntikausia kestävässä, pyörivässä tanssissaan, jossa he pyrkivät olevan - sufilaisuudessa Jumalan - yhteyteen. Mielenkiintoinen yksityiskohta on myös se, että sufimystikot kutsuvat harjoitteluaan Jumalan mieleenpalauttamiseksi. (Ks. esim. Trimmingham 1973.)

Steinerilaisessa eurytmiassa pyritään liikkumaan tuulten, aaltojen tai puiden lailla.

VII TIEN KÄSITTEESTÄ

Esitelmäni aiheeseen, miten liikkumisen taito voi olla tie kohti olevaa, olen jo vastannut. Vielä on kuitenkin kiinnitettävä huomio otsikossa olevaan tien käsitteeseen, joka on tärkeä. Itsen projektien yhteydessä olen viitannut sellaisiin *zen*kulttuurin taitoihin kuten miekanvetämisen taito tai kukkienasettelun taito. Oikeammin pitäisi puhua miekan tiestä (*iai-do*) tai kukkien tiestä (*ka-do*). Termi *do* näiden taitojen nimessä tarkoittaa tietä ja se pohjautuu kiinan kielen *taon* käsitteeseen. Itsen tutkiminen nähdään *zen*issä tien kulkemisena, tien, jota kuljemme jokapäiväisessä elämässämme. (Ks. Legget 1987.) Tie on se, jota kuljetaan jatkuvasti ja perillepääsy, todellisen itsen luonteen oivaltaminen, saattaa antaa odottaa itseään koko elämän ajan.

Etsiminen on siis *zen*issä jatkuvaa tiellä oloa, kulkemista. Tätä tietä kulkiessamme voimme käyttää erilaisia apuvälineitä: kukkia, jouta ja nuolta, miekkaa tai pelkän kehon tekniikoita. Tie on sellainen, joka jokaisen on itse kuljettava, kukaan ei voi kulkea sitä toisen puolesta.

Myös Heideggerin filosofiassa tien (*Weg*) kulkeminen on keskeistä. Joka lukee *Sein und Zeitin* huolella ja kohtaa varsinaisuuden ja epävarsinaisuuden olemisen mahdollisuuksinaan, astuu itsen tutkimisen tielle. Heidegger toteaa itsekin *Sein und Zeitin* loppusivuilla (s. 437) näin: "On etsittävä tie, jonka avulla voi luoda valoa ontologiseen peruskysymykseen ja sitä tietä on kuljettava. Onko se sitten ainoa tai ylipäätään oikea tie, sen voi päättää vasta kuljettuaan sen." Myöhemmin hän kirjoitti itse *Sein und Zeit* -teoksesta näin: "Sein und Zeit on tie eikä suojapaikka. Hänen, joka ei pysty kävelemään, ei tulisi turvautuakaan siihen." (Parkes 1987, s. 106.)

Liikkumisen taito itsen projekteissa on hyvin aidolla tavalla tie, tie, jonka kulkemiseen kuluu koko elämä. Voiton projektissa niin ei ole. Liikkeen merkitys ei ulotu sen konkreettista päämäärää pidemmälle - siis maaliviivaa, kahdenkymmenen metrin kalkkiviivaa tai neljän vuoden päässä hämmöttäviä olympialaisia.

Kun liike on taitavaa, jolloin se ainakin lähestyy sitä, mitä Heidegger kutsuu ajatteluksi, se voi toimia olevan olemisen mieleenpalauttajana. Tällöin ihminen kokee sen avoimuuden, joka hän alunperin onkin, mutta joka on jäänyt peittojen ja naamioiden taakse, sen avoimuuden, joka aukaisee tien olevan olemisen ymmärtämiselle.

VIII TAITAVA FILOSOFI

Liikkeen taito itsen tutkimisen välineenä, "itsen tekniikkana", ei liity vain liikuntaan, vaan mitä välittömämmällä tavalla myös filosofian harrastamiseen. Filosofin voi omaa liikettään tutkimalla astua pois siitä, miksi filosofiakin on suurelta osin rappeutunut - voiton projektista - kohti sitä, mitä filosofia sanan alkuperäisessä merkityksessä tarkoittaa: itsen projektia. Jos filosofi huomaisi, että hän ei ole mikään enkeli, vaan että hänellä on myös elävä keho, niin taitamattomasta filosofistakin voisi tulla taitava filosofi. Näin filosofi voisi ainakin luoda itselleen mahdollisuuden palata itseensä.

KIRJALLISUUS

- Heidegger, Martin: *Sein und Seit*. 16. p. Tübingen: Niemeyer 1986.
 Heidegger, Martin: *Gelassenheit*. 9. p. Pfullingen: Neske 1988.
 Heidegger, Martin: *Was Heisst Denken*. 4. p. Tübingen: Niemeyer 1984.
 Herrigel, G.L.: *Zen in the Art of Flower Arrangement*. Routledge: London 1987.
 Hwa, Y.J.: Heidegger's Way with Sinitic Thinking. Teoksessa: Parkes 1987, s. 217-244.
 Klemola, Timo: *Taiji. Liikettä hiljaisuudessa, hiljaisuutta liikkeessä*. Keuruu: Otava 1990.
 Levin, David Michael: *The Body's Recollection of Being*. London: Routledge 1985.
 Legget, T.: *Zen and the Ways*. Tuttle: Tokio 1987.
 Merleau-Ponty, Maurice: *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard 1987.
 Parkes, Graham: *Heidegger and Asian Thought*. Honolulu: University of Hawaii Press 1987.
 Trimmingham, Spencer: *The Sufi Orders in Islam*. London: Oxford University Press 1973.

SPORT, A WAY TO THE AUTHENTIC SELF?

I

According to the philosophy of Martin Heidegger, man exists in authentic (eigentlich) or inauthentic (uneigentlich) way. In his work *Sein und Zeit* (Being and Time) he analysis the ontological structures of being a human.¹ In inauthenticity man does not define himself his Self. He is *das Man-selbst*, defined by *das Man*, the subject of the passive, by Anybody. He does not define in any authentic meaning himself his Self. He has, as Heidegger says, fallen to the world.² In order to become authentic Self he has to get rid of the way he is defined by others. In a way he has to return to himself. This is difficult because the attraction of Anybody is so great. Anybody removes the burden of the shoulders of man. He does not have to be responsible of his deeds, because he can always say that Anybody does the same. Being Anybody man is, what anybody is, but what nobody actually is.

There are many structures of inauthenticity, but the most important to us is what Heidegger calls distanciality (Abständichkeit).³ When being in inauthentic way with others man is always measuring the distance between himself and others. We are aware of this distance all the time. We think if we are in some respect behind, even or ahead of others and should something be done. It is one of our main concerns when we exist in an inauthentic way.

II

People exercise for many reasons and goals. I take as a starting point four key projects of movement. The concept of project comes from Heideggers philosophy and his idea of man as an Project (*Entwurf*).⁴ I put forward the idea that the four key projects of physical education are as follows: *Winning, Health, Expression* and *Self*. Winning refers to those forms of exercise such as competitive sports with victory as a goal. When exercise is the means to a stronger and healthier body, health is the project, as in fitness training. Movement arts as dance are considered as projects

¹Heidegger, Martin: *Sein und Zeit*.Tübingen: Niemayer 1986.

²ibid, p. 175.

³ibid, p. 126.

⁴ibid, p. 145.

of expression. Exercise as a project of self includes all forms of motion that involve study of self, with the goal of discovering what can be termed actual or authentic existence. Projects of Self include many of the Asian movement arts with a philosophical and religious background (yoga as an example).

III

We may then take a look at the projects of human movement from the perspective of authentic being of man. It is not difficult to see the connection of the project of winning and inauthentic being. Victory gives meaning to a contest. A contest without a winner is a contradiction. A contest requires also others, whom to race with and in respect of which ones own result is defined. This definition is done by measuring distances. Victory exist only as a victory over others as well as losing means always losing to others. Only one can win, an individual or a team, others are losers. Winner-looser relationship is the most important relationship between self and other. In this relationship there is no intent to any balance so that everybody could be winners. On the contrary. I should be always the winner. All the training aims to this. In the project of winning other man as well as nature is an obstacle that has to be overstepped.

In a contest winning does not depend on me. An athlete can not be a winner when he wants to. To be a winner is always defined by others, by those who are won and loose. It is not defined by the athlete himself even if he as his word to say in the case. The others define what I am by loosing to me. An athlete is best as long as others are worse than he.

For Heidegger this kind of being of the self which is defined by others is the self of Anybody. In this sense being a winner is being in an inauthentic way. In inauthentic being man is always measuring his distance from others. In sports this measuring has become most important and accurate.

The pre-understanding of the project of winning is constituted culturally, of course. The sport classes of the school, the sport pages, the sport highlights, they all create the pre-understanding that gives the meaning to the project of winning.

IV

The next question is, I think, to investigate the possibility, how western competitive sport could work as a means to explore the Self - as a project of Self. This is of course if we want it to work that way. This is not obvious at all. In the western conception of sport winning is still the most important factor. Without winners there would be no publicity, no sponsors, no audiences. The western view of sport does not include an idea of exploring the Self in any profound way. The investigation of Self means only measuring its physical limits. But do we loose the winners if we get some insights to the Selves of athletes? Is the project of winning and project of Self contradictory? At the level of individual athlete, I think it is not. But at a more general level, I don't know. It is easy for an individual athlete to adopt a philosophy of sport, or a philosophy of life perhaps, where this at least apparent contradiction is solved. At a more general level that would require radical changes at the schooling system where these values of winning are formed.

But if we want this change, even at the individual level, how could we proceed? Maybe we can try to learn by example.

V

The fact is that there exist such systems of human movement, which are in a very pure way means to explore the Self the most profound way. They are what I have called "projects of Self". We'll find them especially in Asian cultures. The most famous of them to the westerners is Indian yoga, of course. But there are others: Japanese arts based on Zen, Chinese Taoist exercises, the whirling dance of the Sufis etc.

Now I am not talking about that version of these arts that have gone through westernization and lost their background philosophies. Most of these arts, as we see them practised now in West and in East, too, are degenerated versions of the originals. They have adopted the western conception of exercise and become projects of winning or project of health. This has happened as a result of the imperialism of western sport. We usually consider our understanding of physical exercise to be the right one, or the best one at least, and forcefully export it to other cultures. The idea that it is most valuable to a country to have gold medals in Olympic Games is almost universally accepted. Of course, there are more urgent targets to use the money everywhere.

Anyway analysing these projects of Self in their original form, we can at least see what it means, that a physical exercise is a way to some kind of authentic Self. We can try to find out if there are any common structures in them.

VI

Now, the way how we experience a thing defines the meaning and value we give to that thing. This is my starting point now. I think it is rather obvious. We can talk about the horizon of experience of that thing. Taking a classical example, if I show a book to a savage he might call it a very strange boomerang because he has no horizon of experience of this thing what we call a book. Little by little this horizon of experience can open to him and reveal new meanings and values attached to the book we have shown to him.

VII

This is why I want to emphasise that it is most important for us to try to understand the structure of experience that we find in the projects of Self. Only through this understanding we can realise, how these exercises can function this way. What we suppose here is, of course, that human experience is something universal. At least its structures are common, although the way we articulate linguistically these experiences are varied.

After this analysis is done, we can consider if it is possible to create the same kind of experiences in other ways of exercise, in sport for example.

Now we have to do some phenomenology.

VIII

I take as an example Japanese swordsmanship. There is an interesting book about this art written in 1729 by a samurai called Shozan Shissai¹. It is a good presentation about the way of the sword. Its text is mostly philosophical, but looking at it closely you can find the different levels of experience that the swordsman is supposed to go through in his training in the art of the sword. In this way his art will gain a deeper meaning. Physical exercise will change to spiritual training and open an ethical dimension, too.

Phenomenological analysis of the text brings to light four steps of the training, each of which indicates four different levels of experience:

The training begins by (i) practising the form or technique (*waza*), (ii) through the form life force or vital force (*ki*) is exercised, (iii) through the exercising of the vital force the mind/heart² is exercised. Mind contains the (iv) universal Principle that will finally be revealed. So we have a four level process where physical exercise finally reveals a universal Principle, which acts as a base for ethical conduct. It is a short description but it includes a profound way or path that penetrates all of the traditional forms of physical exercise of Asian culture.

I'll explain first all of these steps and concepts used in describing them and later offer a philosophical interpretation based on the concepts of western philosophy.

Form. The first level, the level of the form or technique is easy to understand. It simply means the different techniques of swordsmanship, the strikes, parries etc. That was hard physical training.

Ki. The concept of *ki*, which is usually translated as life force or vital force, is a more complicated concept. Shissai writes himself: "Technique is practised by means of the Life Force. The Life Force is that which defines the form by means of the Heart. (...) From mastery of technique follow the harmony and balance of Life Force.(...) If the technique has not been mastered, then the Life Force will not be harmonious and balanced, the appropriate form will not ensue (...)"³

And: "Technique must be proven, the Life Force disciplined, and the Heart exerted.⁴ (...) Swordsmanship is basically the exercising of the Life Force and, therefore, at the beginning of study the Life Force is exercised by means of technique.⁵ (...) When the discipline of the Life Force has attained maturity, then one can proceed to the Heart.⁶

Without going deeper to this concept we can say that in Shissai's thought it means our consciousness of that vital force that we feel to fill our body. It is our awareness of that vital force that floats through us and what we simply call - life.

¹Kammer, Reinhard: Zen and Confucius in the Art of Swordsmanship. The Tengu-geijutsu-ron of Chozan Shissai. Routledge: London 1978.

²The chinese character means both: mind and heart.

³Kammer, emt., s. 44.

⁴Kammer, emt., s. 50

⁵Kammer, emt., s. 53

⁶Kammer, emt., s. 53.

Mind. According to Shissai heart/mind is the nonmaterial part of the life force and life force is the material part of mind. Mind contains the divine Principle and is higher than life force. Mind and life force resonate with each other so that exercising life force mind is also exercised. Shissai writes: "If one disciplines the Life Force, knowledge of the Heart will come of its own accord."¹

Practising the Life Force calms the mind. This is important. Shissai writes: "If the Heart is free of irritations, then the Life Force is harmonious and peaceful, and when the Life Force is harmonious and peaceful, then it is lively and moves freely and is without rigid form. (...) The Heart is like a clear mirror or still water."²

Here we are coming to the goal of the practice. When the mind is calm and in harmony it reveals the divine Principle that has been there all the time but without our noticing it.

Principle. In Shissai's thought, which is near to neoconfucianism, the concept of the Principle means the changeless and eternal principle that is inherently present in all beings and phenomena. Without this essence or principle nothing would exist. Understanding of this Principle is the birthplace of the virtues.

To reconcile. Training in the swordsmanship means that through the technique of the sword you harmonise the Life Force and calm the mind so that the universal and divine Principle will get a possibility to come to light.

I like this book very much because I don't think that it can only be a theoretical or philosophical description of the way of the sword. I believe it to be an adequate description of the experience of a master swordsman who has attained the final goal of swordsmanship. I don't believe that the swordsmen of those days wrote theoretical philosophy. They wrote about their experience although they used the philosophical vocabulary of their time.

IX

Looking at yoga or Taoist exercises will bring the same kind of result. My argument is that you can find a similar structure of experience in all of the projects of Self.

In interpreting this schema I have used several continental philosophers, most important of them being Martin Heidegger, Maurice Merleau-Ponty, Max Scheler and Emmanuel Levinas.

To be short again we can rewrite this schema as follows:

(i) The training of the body sharpens or clears (ii) the body-consciousness, which has the influence of (iii) stilling the ego-consciousness. This process uncovers what we could call (iv) the contact surface to the Transcendent. The touch of the Transcendent is an ethical event.

This is again a short description which requires explanation. Max Scheler did the distinction between *der Leib* and *der Körper*, the lived body and the body as an object³. Through Maurice Merleau-Ponty and other phenomenologists of the body this distinction has become widely accepted. Scheler did also a distinction between body-consciousness and ego-consciousness.⁴ According to Scheler this is a distinction that the traditional philosophical analysis has left unnoticed. However, the way how the lived body and the body-consciousness is given to us is

¹Kammer, emt., s.57.

²Kammer, emt., s.46.

³Max Scheler: *Der Formalismus in der Ethik und die Materiale Wertethik*. Bern: Francke 1980, p. 397.

⁴ibid, pp. 397 - 398.

fundamentally different of the way the ego-consciousness is given. They are both different fields of our experience that can not be reduced to each other.

X

From these concepts we can proceed to formulate the concepts of bodily horizon of experience and mental horizon of experience. Even if I am talking about two basic horizons of experience, one mental and one bodily, my conception of man is still monistic. As other philosophers of existence I take the existence of man to be the one "substance" aspects of which these two horizons of experience try to describe. Thus when I talk about man, I talk about a whole, a unity. That is why we can say that these horizons of experience "resonate" with each other.

According to Shissai then the physical exercise influences the Life Force which has a stilling influence to the mind. We can interpret this now as follows. Physical exercise sharpens our body-consciousness in a natural way. After running a few miles, when we sit down, we can feel our body in a very distinct way. We feel the warm, pulsing sensation all over our bodies. In other words, our body-consciousness has come the main object of our attention. Or better, we have become more our body through the "call" of our body-consciousness.

If we still continue our introspection we may notice that our mind is very calm. The hot body in a way covers our mind. The body-consciousness stills the ego-consciousness- at least a bit - and that is experienced as a peaceful moment.

By the way - this is a very familiar experience for Finns after a hot sauna-bath. The heat of the body stills the mind, which is a meditative experience. Maybe that's why sauna has been considered a sacred place in Finland.

The idea of Shissai that the mind contains a deeper level, where man can unite to something divine, is a widely held position in the religious traditions. It can be said to be the uniting principle of all mysticism. Mystical experience, though differently articulated, is the core experience of all the world religions. It is also as commonly accepted idea that the conscious mind has to be emptied, calmed down, the ego has to be thrown away for this experience to come forth.

Heidegger describes this process of letting go of the ego in his later philosophy, especially in his *Gelassenheit* -book¹. Man's unity with Being as a whole is his later counterpart to the authentic being in *Sein und Zeit*. Emmanuel Levinas talks about the Absolute Other trying to describe the same experience.² Anyway what man experiences in this meeting is something which is bound to remain transcendent.

The touch of the Transcendence, even if we cannot describe it in words, can still have a deep meaning to our life. Actually I consider it to be the basic experience where alone ethical thinking can be borne. But to defend this argument goes out of this paper.

XI

¹Martin Heidegger: *Gelassenheit*. Pfullingen: Neske 1988.

²Emmanuel Lévinas: *Totality and Infinity. An Essay on Exteriority*. Tr. by Alphonso Lingis. Hague: Nijhoff 1979, p.33.

Now I try to recapitulate and see if we can learn something about this analysis of one project of Self and its interpretation. We can ask, what does the description of Shissai presuppose. I would say that it presupposes a tradition, a framework through which all the phases of the way will get their meaning. Especially that is the case regarding the goal of the practise. In swordsmanship this framework or context is Zen-Buddhism, in yoga it is the philosophy of Samkhya. This kind of a philosophical or religious tradition has a well articulated conception of, what it means for a man to exist in an authentic way. This kind of tradition has also such a conception of man, which makes it possible, that exercising of the body can have a spiritual meaning. Usually it means a monistic view of man.

XII

We live in a dualistic tradition. Our tradition separates mind and body. In our culture exercising the body has never been valued as a spiritual training. If there has been such training, it has been askesis, deadening of the body so that the spirit can flourish.

We also live in a materialised society where the conception of authenticity of man is hard to understand. Or if it is understood, it is understood in a superficial way. Authenticity is considered to be maybe the same as - consuming.

So our tradition in its dualistic form does not seem to give appropriate framework to the idea, that we could change the project of winning to the project of Self.

XIII

That's why I see an urgent need of a new philosophy of sport and physical education in general. In that philosophy the authenticity and inauthenticity of man should be thematized. The mental training of the athlete could then get a totally new meaning. In creating this new philosophy of sport I can see two directions or possibilities. The type of existential philosophy I shortly outlined above is one possibility.¹ The other is *philosophia perennis*, perennial philosophy.² Its point of departure is the idea that the experimental elements of different religions are the same even if their cultural articulations may differ. This idea offers then a good starting point when comparing experiences in different cultures.

In our researches at the philosophy department of Tampere university we are exploring both ways.

¹Timo Klemola: Liikunta tienä kohti varsinaista itseä. Liikunnan projektien fenomenologinen tarkastelu. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta, vol. XII. Tampere 1991.

²Tapio Koski: Liikunta ja kehollisuus perenniaalisessa filosofiassa. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta, vol. XVII. Tampere 1991.

LIKKUMISEN TAITO ZEN-KULTTUURISSA

Filosofinen näkökulma budo-lajeihin

JOHDANTO

Filosofiassa ei mielestäni ole montaa keskeistä kysymystä, oikeastaan vain yksi: kysymys ihmiseksi tulemisesta.¹ Tämä kysymys ilmenee kaikissa kulttuureissa saaden erilaisia vastauksia. Takana on kuitenkin aina ajatus, että ihminen ei ole vielä valmis, vaan hän on vasta matkalla siksi, mitä hänestä voi tulla: matkalla ihmiseksi.

Haluan esitelmässäni tarkastella liikkumistakin tästä filosofisesta näkökulmasta. Länsimaisessa kulttuurissahan liikkumisen, urheilun tai fyysisen harjoittelun yleensä ei katsota erityisesti liittyvän ihmisen henkisiin ponnisteluihin. Japanilaisessa kulttuurissa, jota voi kutsua zen-kulttuuriksi², asia on toinen. Siellä kaikki taiteen ja taitojen muodot käsitetään teiksi, joiden avulla ihminen voi tutkia ja harjoittaa itseään.

Aasialaisessa kulttuurissa yleensäkin kysymys ihmiseksi tulemisesta on keskeinen ja siihen annetut vastaukset kiertyvät valaistumis-opin ympärille. Miltei kaikissa aasialaisissa uskonnollis-filosofis-psykologisissa järjestelmissä kuvataan valaistunut ihminen, yhdenlainen ihmisen ideaali, joka on löytänyt itsensä: tullut ihmiseksi.

Tässä yhteydessä haluan tarkastella sitä osaa budo-lajeista, jotka liittyvät zen-buddhalaisuuteen. Tällaisia lajeja ovat lähinnä miekkailutaito ja jousiammunta. Japanilainen kulttuuri on kuitenkin siinä määrin saanut vaikutteita zenistä, että kaikissa japanilaisissa liikuntamuodoissa, erityisesti budo-lajeissa, voi havaita tietyn zen-elementin. Tämä elementti tarkoittaa sitä, että ajatellaan, että liikkeen ja kehon harjoituksen avulla ihminen voi tutkia syvemminkin itseään.

Zen on mahayana-buddhalaisuuden meditaatiokoulukunta, joka katsoo esimerkiksi intialaisen jooga-filosofian tavoin, että ihminen voi tulla ihmiseksi jo tässä elämässä, muusta elämästä on vaikea puhua.

Luterilaisen kasvatuksen saaneelle on vaikea ymmärtää, että kaikissa aasialaisissa uskonnollis-filosofisissa perinteissä katsotaan, että ihmisen on **harjoitettava** itseään. Meidän perinteellemme on vieras ajatus, että ihminen on jatkuva kehittyvä prosessi, jota kehitystä voi ja tulee pitää yllä harjoittamalla itseään.

Aasialaisessa perinteessä ihmisen tulee harjoittaa itseään niin elämää kuin ikuisuuttakin varten. On käytettävä tahdon voimaansa ja ponnisteltava, jotta arvokkain meissä pääsisi esiin, ihmisyys meissä pääsisi ikään kuin puhkeamaan kukkaan.

Zen-kulttuurissa monista ihmisen käytännöllisistä taidoista kehittyi henkisiä harjoituksia. Tällaisia ovat esimerkiksi kamppailutaidot, kuten miekkailutaito ja jousella-ammunta, monet talouden hoitoon liittyvät taidot kuten teeseremonia ja kukkienasettelu, mutta myös monet käsityön ja taiteen muodot:

¹Esitelmä Helsingin yliopistossa 4.2.1993 Japanin suurlähetystön järjestämässä seminaari ssa "Budo-lajit tänään".

²Ks. Hoover 1988.

esimerkiksi savenvalaminen, näytteleminen, runojen kirjoittaminen ja kaunokirjoitus eli kalligrafia. Myös puutarhataide ja arkkitehtuuri liittyvät samaan perinteeseen.

Otan tässä esiin näkökulman, jossa fyysisiä harjoituksia käytetään zen-harjoittelun välineenä. Tämä ei tarkoita sitä, että kaikki japanilainen liikunta tai budo olisi sitä. Mutta zenin perinteessä tämä suhtautumistapa on keskeistä ja se on suhtautumistapa, joka on laajasti levinnyt japanilaiseen kulttuuriin. Japanilaiset suhtautuvat kaikkeen käden tai kehon taitoihin - oli sitten kyse urheilusta tai vaikkapa käsityöstä - henkisenä harjoituksena. Ne ovat teitä, japaniksi *do*. On siis olemassa esimerkiksi *ken-do*, miekan tie, *cha-do*, teentie, *sho-do* kaunokirjoituksen tie tai vaikkapa *ka-do* kukkien tie.

Nyt on heti todettava, että tämä suhtautumistapa on niin Japanissa kuin muuallakin hämärtynyt. On enää vain harvoja *dojoja*, siis harjoitussaleja, joissa korostetaan sitä, että budossa on kysymys kasvamisesta ihmiseksi eikä vain kilpailuissa voittamisesta. Haluan tuoda tänään kuitenkin esiin juuri tämän näkökulman, koska se on mielestäni budo-lajeissa se ydin, josta länsimainenkin ihminen voisi eniten saada itselleen. Koska esittämäni näkemystä kannattaa enää vain harva budon-harrastaja, onkin esitelmässäni kyse oikeastaan unelmasta. Unelmasta siinä mielessä, että kuvaan sellaista harjoitustapaa, joka on nykyään jo erittäin harvinainen, mutta jonka toivoisin olevan yleisempi.

Liikunta ja urheilu nähdään meillä yleensä kamppailuna voitosta. Puhunkin omissa liikunnan filosofisissa tutkimuksissani länsimaisesta liikunnasta yleensä voiton projektina.¹ Muita keskeisiä liikkumiseemme liittyviä projekteja ovat terveyden, ilmaisuuden ja itsen projektit. Ne tarkoittavat sitä, miltä kuulostavatkin. Ihmiset liikkuvat voittamisen lisäksi myös terveytensä tähden, ilmaistakseen itseään mutta myös tutkiakseen itseään. Viimeksi mainittu näkökulma, siis liikunta itsen tutkimisen projektina, on lännessä vieras. Aasialaisissa kulttuureissa näin ei ole. Luonnostaan itsen tutkimisen projekteja ovat esimerkiksi intialainen *jooga*, kiinalainen *tai-chi chuan* ja japanilaiset budo-lajit.² Länsimaisia esimerkkejä on vaikea löytää.

Budo-lajit ovat kaikki teitä, *do*. Tie tarkoittaa tässä yhteydessä sitä henkistä tietä, jota pitkin ihminen kulkee tutkiessaan itseään. Zenin kannalta katsoen budo-lajit ovat eräänlaisia zenin "apuvälinettä", teitä zeniin johtavalle tielle.³

Daisetz T. Suzuki kirjoittaa Herrigelin kirjan *Zen ja jousella-ampumisen taito* esipuheessa seuraavasti: Jousiammuntaan, samoin kuin muutamiin muihinkin Japanissa ja kaukoidän maissa harjoitettaviin taiteenhaaroihin liittyy olennaisena piirteenä se, että niitä ei harjoiteta käytännön tarkoituksien eikä myöskään pelkän esteettisen nautinnon vuoksi. Niiden avulla koulutetaan ihmisen tietoisuutta ja saatetaan se perimmäisen todellisuuden yhteyteen.⁴

Mitä sitten tämä tarkoittaa.

ZEN-KOKEMUS

Aloitan tarinalla. Seitsemänsataaluvulla jaa. tapahtui Kiinalaisessa zen-luostarissa seuraava tapaus. Munkki Shiba Zuda vieraili kuuluisan zen-mestarin Hyakujo Ekain (720-814) luona ja kertoi käyneensä vaelluksiansa aikana myös Honanin maakunnassa Isan-nimisellä vuorella. "Ainakin 1500 munkkia voisi elää ja harjoitella noilla seuduilla", hän sanoi. Hyakujo ryntäsi pystyyn ja huudahti:

¹Klemola 1991.

²Tapio Koski (1991) on tutkinut aasialaisista itsen projekteista joogaa ja budoa.

³Herrigel 1978, s. 16.

⁴Emt. s. 5.

"Pitäisiköhän minun lähteä sinne heti?" "Ei,ei", munkki sanoi, "sinähän olet vain luuta ja nahkaa, riutunut munkki, sinne tarvitaan joku, jolla on vähän lihaakin luiden päällä." "Voisikohan joku oppilaani elää siellä?" Hyakujo kysyi.

"Ehkäpä. Anna minä testaan heitä yksitellen", Shiba Zuda sanoi.

Ensiksi kutsuttiin päämunkki Karin.

"Yskäise kerran ja kävele muutama askel edestakaisin", Shiba Zuda kehoitti. Päämunkki teki niin kuin ole käsketty. "Sinä et kelpaa", totesi Shiba Zuda välittömästi. Kaikki munkit saivat saman kohtelun ja kukaan ei kelvannut. Lopuksi kutsuttiin paikalle kokki Reiyuu. Heti kun Shiba Zuda näki kokin, hän huudahti: "Tämä on oikea mies sille vuorelle!"

Hyakujo oli samaa mieltä, mutta päämunkki protestoi: "Mitenkä tuollaisella lapsellisella testillä voisi valita uuden luostarin pääpapin? hän kysyi.

Hyakujo ehdotti toista testiä. Hän otti käteensä vesipullon ja sanoi: "Jos tätä ei voi kutsua vesipulloksi niin miksi sinä kutsuisit sitä? Päämunkki vastasi heti: "Ainakaan se ei ole puupalikka."

Sama kysymys esitettiin kokki Reiyuunille. Hän potkaisu vesipullon nurin ja häipyi samantien.

Tähän Hyakujo tokaisi: "Selvä juttu. Kokki voitti ja päämunkki hävisi." Näin uusi luostari annettiin kokin hoiviin.

Tällaiset zen-tarinat eivät aukea helposti. Zen-mestari Omori Sogen käyttää zenin ja kalligrafian yhteyttä kuvaavassa kirjassaan¹ tätä kertomusta osoittaakseen, miten harjaantunut silmä voi nähdä ihmisen kaikista toimista sen, miltä perustalta hän toimii. Zenin teihin (do) liittyy kiinteästi ajatus, että taidon periaatteen (ri) ymmärtäminen heijastuu kaikissa yksittäisissä tekniikoissa (ji).² Tarkastellessaan kokkia pelkästä yskäisystä ja parista askeleesta munkki Zuda saattoi päätellä, että tässä oli mies, joka oli ymmärtänyt zenin periaatteen, kokenut sen perustan. Zenissä tätä perustaa kutsutaan ihmisen Buddha-luonnoksi, todelliseksi Itseksi ja sen kokemusta *satoriksi*, valaistumiseksi.

Rinzai Gigen, yksi kuuluisa zen-mestari, sanoi kerran oppilailleen:

Teidän lihakasassanne asustaa todellinen ihminen, joka ei kuulu mihinkään luokkaan ja joka jatkuvasti kulkee suustanne ulos ja sisään. Jotka eivät ole kokeneet tätä, varokaa, varokaa!³

Rinzain luokaton ihminen on pudottanut yltään kaikki naamiot, kaikki luokat ja tittelit, kaiken kaksinaisuuden. Hän on ihminen, joka on juurtunut syvään todellisuuteen, ja toimii näistä juuristaan käsin. Hän toimii siis Buddha-luonnostaan, siis todellisesta Itsesään käsin.

Toisessa puheessaan Rinzai kuvaa todellista ihmistä, joka ei kuulu mihinkään luokkaan näin:

Silmässä sitä kutsutaan näkemiseksi; korvassa se on kuulemista; nenässä se haistaa tuoksuja; suussa se puhuu; käsissä se tarttuu esineisiin; jaloissa se kävelee.⁴

Todellinen ihminen, joka ei kuulu mihinkään luokkaan tulee siis esiin samalla kun elämä virtaa läpi kaikkien jäsentemme, kaikkien aistiemme. Asia perimmältään ei siis ole mitenkään monimutkainen, päinvastoin äärimmäisen yksinkertainen.

Luokittelusta, kahtiajaoista, mielessä jatkuvasti pyörivästä kasettisoittimesta ei ole kuitenkaan helppoa päästä eroon. Se vaatii harjoitusta.

¹Sogen, Katsujo 1983.

²Ks. Legget 1988.

³Rinzai Roku 1976.

⁴Emt.

Zenin oppilaat harjoittelevatkin paljon *zazen*ä eli zen-mietiskelyä, jossa mieli pyritään rauhoittamaan. Kun keskittymisen avulla ajatukset vaikenivat astuu esiin hiljaisuus (*mushin*). Zen-harjoituksessa tähän hiljaisuuteen pyritään tunkeutumaan yhä syvemmälle ja syvemmälle, kunnes törmätään siihen, mitä zen kutsuu ihmisen todelliseksi Itseksi. Kysymyksessä on siis tunkeutuminen yhä syvemmälle ja syvemmälle ihmismieleen.

Zen-mestari Omori Sogen kuvaa tästä kokemuksesta seuraavaa muutosta näin:

Päästyään vastakohtien tuolle puolen tästä rajoittuneesta, suhteellisesta lihakasastamme tulee rajoittamaton, absoluuttinen ja todellinen ihmiskeho. Mutta ei pitäisi tulla riippuvaiseksi riippumattomuudestakaan. Tulee toimia luovasti ja kulkea vapaasti rajoittuneen ja rajoittamattoman olemisen, absoluuttisen ja suhteellisen käyttäytymisen välillä. Ymmärrys syntyy tässä omassa kehossamme. Pelkän animaalisena olemassaolon muuttumista valaistuneeksi, luovaksi elämäksi - sitä voi kutsua Zeniksi.¹

Zenissä pyritään oppimaan olemaan kosketuksessa maailmaan, maailmaan sellaisena kuin se meille näyttää tässä ja nyt ilman mieleme siihen asettamia luokituksia. Zeniä kuvataan usein jatkuvan läsnäolon ja hereilläolon filosofiaksi. Jatkuva läsnäolo siinä, missä olemme, keskittyminen siihen hetkeen, jota elämme tulee hyvin esiin silloin, kun teemme kehollamme tai käsillämme jotakin.

Fyysisessä harjoituksessa ja esimerkiksi käsityössä on helppo uppoutua tekemiseen, olla läsnä niin täydellisesti tekemisessä, että tekijä kadottaa itsensä ja kokemuksensa ajan kulumisesta. Tekijä ja tekeminen sulautuvat niin täydellisesti yhdeksi, että kaikki kaksinaisuus maailmasta katoaa. Jako subjektiin ja objektiin katoaa ja jäljelle jää vain - tekeminen, joka on eräänlaista tapahtumista, jossa ei ole keskusta. Tämä on yksi zen-kokemus.

Näin voi käydä kenelle tahansa, joka kadottaa itsensä käsityöhönsä, keskittyneesti muovaa saviastiaa, höylää laudan pintaa sileäksi tai vaikkapa piirtää tussipiirroksen herkkää viivaa. Samalla tavalla voi käydä fyysisen harjoituksen, budon wazan tai katan harjoituksen yhteydessä. Taidolla ja taiteella ei tässä suhteessa ole eroa.

Ja kokemus on harjoituksella syvennettävissä.

Tätä mahdollisuutta zenissä käytetään tietoisesti hyväksi.

Zenin näkökulma henkiseen harjoitukseen on kahtalainen. Zen-harjoitus muodostuu kahdesta toisiaan täydentävästä osasta: istuen tehtävästä meditaatiosta (*zazen*) ja aktiivisesta meditaatiosta. Istuen tehtävä harjoitus on meditaatiota, jossa keskittymisen kohteena on yleensä hengitys. Tämä harjoitus jatkuvasti toistettuna saa aikaan voimakkaan kokemuksen hiljaisuudesta ja elämän läsnäolosta. Tätä kutsutaan joskus *absoluuttiseksi samadhiksi*. Samadhi on tekninen termi, jolla viitataan kokemukseen jossa subjekti ja keskittymisen objekti sulautuvat yhdeksi.

Aktiivinen meditaatio viittaa siihen, miten zen-kokemus tuodaan jokapäiväisen elämän askareihin: se on jatkuvaa keskittymistä siihen, mitä juuri ollaan tekemässä. Oli se sitten mitä tahansa. Tässä erilaiset fyysisten harjoitusten ja käsityön muodot ovat saaneet keskeisen osan zenin perinteessä. Täydellistä keskittymistä tekemiseen kutsutaan *positiiviseksi samadhiksi*. Tässä kokemuksessa tekijä tulee yhdeksi tekemisensä kanssa: subjekti ja objekti sulautuvat tässäkin yhdeksi.²

Normaalisti elämme suurimman osan ajastamme epätodellisessa maailmassa, mielikuvien maailmassa. Haikailemme menneiden hyvien aikojen perään, kehittelemme ideoita tulevaisuudesta tai katsomme televisiosta jonkun toisen mielikuvia. Kun sammutamme television, päämme on jälleen täynnä erilaisia teorioita ja abstraktioita. Zenissä halutaan palauttaa maailmastaan irtaantunut ihminen

¹Sogen, emt.

²Ks. Sekida 1985.

takaisin todellisuuteen. Hänet halutaan herättää siitä jatkuvasta unesta, jota päivisininkin näemme. Zenissä pyritään kokemaan maailma ja elämä sellaisena kuin se on, eikä sellaisena kuin kuvittelemme sen olevan.

Keskittyessään siihen, mitä ihminen tekee käsillään ja kehollaan, ihminen tulee hyvin konkreettisella tavalla lähelle maailmaa. Hänen valtoimensa virtaavat ajatuksensa keskittyvät vain yhteen kohteeseen. Mieli ja keho, ajatus ja liike sulautuvat yhdeksi. Kahtiajaettu tulee hetkeksi kokonaiseksi.

ESIMERKKINÄ KALLIGRAFIA

Budossa, silloin kun budoa harjoitetaan zenin tienä, jokaiseen liikkeeseen keskitytään huolellisesti. Perustekniikkaa, yhtä liikettä, toistetaan yhä uudelleen ja uudelleen täydellisen keskittymisen vallitessa. Koska zenin eri taidoilla, siis teillä, do, ei tässä suhteessa ole mitään eroa, käytänkin seuraavassa esimerkkinä kalligrafiaa kuvaamaan yhden liikkeen tekemistä silloin, kun siinä on zen-aspekti. Kalligrafian yhden viiva piirtäminen vastaa miekkailutaidossa miekan sivallusta. Kumpaankin suhtaudutaan zenin perinteessä äärimmäisellä vakavuudella. Käytän kalligrafian viivan piirtämistä esimerkkinä siksi, että, ensinnäkin, siitä on olemassa kirjallisuudessa hyvä kuvaus ja toiseksi siksi, että haluan korostaa taitojen taiteiden perustavaa laatua olevaa yhtäläisyyttä.

Zen-mestari Omori Sogenin¹ mukaan itämaisen kalligrafian ja maalaustaiteen perusta on viiva ja hän kehottaa oppilaitaan keskittymään ensimmäisen kolmen vuoden ajan pelkän suoran viivan piirtämiseen. "Jotta viiva olisi täydellinen, jokaisen sen pisteen tulee olla täydellinen; jokaisen siveltimen jousen on silloin täytyttävä hengen (*kin*) voimasta - muuten viiva on kuollut", Sogen kirjoittaa.

Todellinen viiva ilmentää Sogenin mukaana todellista ajatusta, todellinen ajatus (*shonen*) on itse asiassa ei-ajatus (*munen*). Todellinen viiva on ei-mielen (*mushin*) synnyttämä. Kun kalligrafian perusviiva yhdistetään *muhun*² eli tyhjyyteen, syntyy *mujibo*, zen-viiva.

Kuvaan seuraavassa, miten zen-viivan piirtäminen tapahtuu Omori Sogenin harjoitussalilla, jossa kalligrafian ja zazenin ohella harjoitellaan myös miekkailutaitoa. Kuvauksesta käy ilmi, miten yhden viivan piirtämiseen suhtaudutaan erityisellä vakavuudella.

Isoja kuvioita piirrettäessä on helpompi käyttää koko kehoa ja mieltä ja yhdistää liike syvähengitykseen. Tämän vuoksi välineenä käytetään halkasijaltaan noin viiden senttimetrin läpimittaista sivellintä. Piirtäjä istuu kantapäidensä päällä lattialla ja asettaa eteensä suuren paperiarkin ja sen kulmiin painot. Aluksi hän valmistaa huolellisesti musteen hangaten tussitankoa kiveä vasten. Tämä on tärkeä vaihe. Musteen valmistaminen tehdään keskittyen ja mieltä valmistetaan tulevaan tehtävään.

Sitten hän asettaa valmiin tussin ja siveltimen paperin oikealle puolelle. Valmisteluvaihetta seuraa:

1. *Kumarrus*. Uloshengityksen aikana kumarretaan syvään ja painetaan otsa käsien muodostaman kolmion päälle. Omori Sogen kirjoittaa tästä: "Tämä kumarrus on enemmän kuin vain kunnioituksen osoitus pensselille, musteelle ja paperille; se merkitsee itsensä kieltämistä, hyppyä Ehdottomaan." Sisäänhengityksellä palataan hitaasti alkuperäiseen asentoon.

2. *Siveltimeen tarttuminen ja sen kohottaminen*. Uloshengityksen aikana oikea käsi tarttuu siveltimeen, kastaa sen musteeseen ja sisäänhengityksen aikana sivellin kohotetaan suoraan ylös.

¹Sogen. emt.

²Mu-koan on zenin koaneista tunnetuin ja Sogenin mukaan syvällisin.

Omori Sogen kirjoittaa sisäänhengityksestä: "Hengitä sisään ikään kuin vetäisit sisääsi taivaan ja maan ja kohota hitaasti sivellintä. Kun sisäänhengitys on loppu, käden tulee olla täysin suora."

Tämän vaihen nimi on japaniksi *konton kaiki*. Sogen selittää tätä ilmaisua näin: "*Konton* viittaa tilaan ennen kuin taivas ja maa olivat eronneet, ennen kuin oli olemassa ero oloon ja sen olemukseen. *Konton kaiki* on paikka, mistä kaikki oliot ovat peräisin, paikka missä alkuperäiset kasvomme olivat ennen kuin vanhempamme syntyivät.¹ Tosi ihminen, joka ei kuulu mihinkään luokkaan asustaa sielä. Viiva alkaa *konton kaikista* ja päättyy sinne. Se syntyy tyhjiydestä ja tyhjiys kerääntyy käsittämättömällä tavalla siveltimeen."

3. *Mujibon eli zen-viivan piirtäminen*. Hitaan uloshengityksen tahdissa sivellin tuodaan alas paperin vasempaan alakulmaan luonnollisesti "kuin pehmeästi laskeutuva kaste" ja vasen käsi tuetaan maata vasten.

Edelleen uloshengittäen vedetään viiva paperin oikeaa yläkulmaa kohti "aivan kuin raskas kivi olisi kiinnitetty siveltimeen langalla". Tämä tehdään täyden keskittymisen vallitessa. Lopulta sivellin nostetaan paperilta katkaisematta keskittymistä (kin virtaa) ja palataan hitaasti alkuperäiseen asentoon.

Omori Sogen kirjoittaa: "Kaikki, mitä piirtäjällä on mielessään, näkyy *mujibossa*. Ilman täydellistä omistautumista ja kovaa harjoittelua todellinen viiva ei koskaan synny paperille. *Mujibo* on kuin ratkaiseva miekan isku kamppailtaessa elämästä ja kuolemasta. Se halkaisee maailmankaikkeuden kahtia. Samurai-klassikossa *Hakaguesssa* todetaan: 'Kirjoittaessasi murskaa paperi siveltimelläsi.' Eräs muinainen mestari kieltäytyi hyväksymästä oppilaakseen ketään, joka ei kylpenyt hiessä piirrettyään yhden *mujibon*."

Mujibon perimmäisestä luonteesta johtuen vain yksi viiva piirretään yhdellä harjoituskerralla. Sen jäkeen piirretään *enso*, zen-ympyrä, ja muita merkkejä vanhojen mestareiden malleja jäljitellen. Harjoitus päättyy aina kumarrukseen.

Japanilainen miekkailutaito on zen-harjoitusta miekan avulla, kalligrafia siveltimen avulla. Sogen kirjoittaa: "Jos harjoittelemme vakavasti, jonakin päivänä 'tosi ihminen joka ei kuulu mihinkään luokkaan' tarttuu miekkaan ja itse, joka on ei-itse virtaa ulos siveltimestä".

Länsimaisen ihmisen on vaikea ymmärtää, että yhden viivan piirtämiseen voidaan suhtautua tällaisella vakavuudella. Mutta kun muistamme, että kysymys on harjoituksesta, jossa pyritään tunkeutumaan niin syvälle ihmiseen ja ihmisyyteen, kuin se on mahdollista, asia käy helpommaksi ymmärtää. Zen-harjoituksessa jokainen hetki on tärkeä, jokainen teko on tärkeä, koska juuri tämä hetki voi olla se paikka, jossa todellinen itse, todellinen ihminen joka ei kuulu mihinkään luokkaan, tulee minussa esiin.

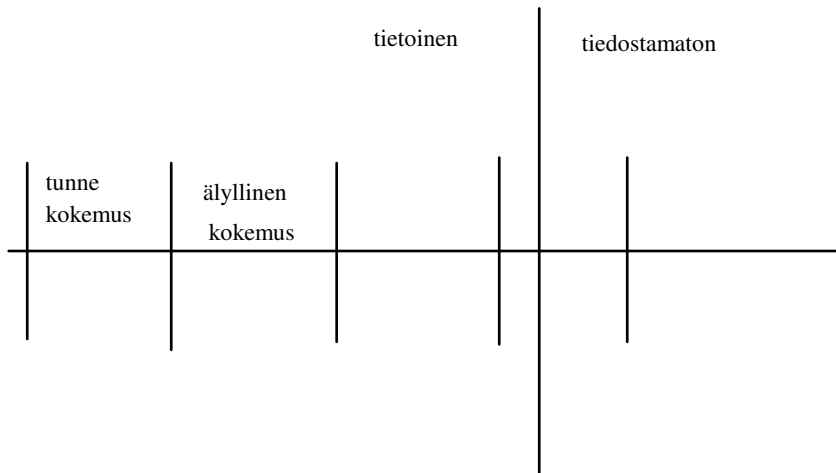
TRANSENDENTIN KOSKETUS

Otan seuraavaksi yleisemmän filosofisen näkökulman, jonka avulla yritän selittää edellä kuvattua zen-harjoitusta ja zen-kokemusta. Tarkasteluni voisi kutsua uskonnon-filosofiseksi ja fenomenologiseksi. Havainnollistan esitystäni muutamalla kuvalla. Tarkoitukseni on lyhyesti esittää

¹Sogen viittaa tässä kuuluisaan koaniin: "Kerro minulle, mitkä olivat alkuperäiset kasvosi ennen kuin vanhempasi syntyivät."

näkökulma, jossa zen-kokemus tulee asetettua yleisempään yhteyteen, osoittaa se paikka, joka sille kuuluu ihmisen yleisemmässä henkisessä rakenteessa.

Kysymys on siis tietyn ihmiskäsityksen kuvaamisesta. Tässä yhteydessä voin kuvata sitä vain lyhyesti ja karkeasti yksinkertaistaen. Yritän myös kuvata sitä, miksi näen zen-kokemuksen myös länsimaisen ihmisen kannalta niin tärkeäksi.



Kuva 1. Ihmisen kokemushorisontti eri tasoineen.
Jokin kokemuksemme alue voi olla eri tavoin avoin
tai sulkeutunut.

Kuva 1 on kuva ihmisen psyykkis-henkisestä kokemuksesta, sen jakaantumisesta erilaisiin tasoihin. Se on yritys esittää visuaalisesti se, miten voimme erottaa kokemuksestamme erilaisia tasoja tai kenttiä: tunnetason, älyllisen tason, esteettisen tason, eettisen tason jne. Se esittää myös ajatuksen siitä, että meillä on myös kokemuksellisia tasoja, joista emme välttämättä ole tietoisia. Kokemuksellisia tasojamme voimme kutsua kokemushorisonteiksi. Kokemushorisonttimme voivat olla eri tavoin avoimia tai sulkeutuneita. Ihminen, joka kokee laajasti erilaisia tunteita on tunnehorisonttiltaan avoin, kun taas ihminen joka ei pysty kokemaan joitakin tunteita lainkaan ja kokee pääasiassa vaikkapa vain vihaa, on tunnehorisonttiltaan hyvin sulkeutunut.

Samalla tavalla emme välttämättä ole lainkaan tietoisia kaikista kokemuksemme mahdollisuuksista. Meillä voi olla piilossa kokonaisia kokemushorisontteja. Erityisesti se henkisen kokemuksen alue jossa koetaan sellaisia tunteita kuten pyhyyttä, kiittollisuutta ilman kohdetta, merkityksellistä hiljaisuutta jne. ja jonka ilmausta uskonnot ovat, on länsimaiselle maallistuneelle ihmiselle vierasta.

Länsimainen ihminen ei juurikaan tunne itseään. Länsimainen ihminen ei ole tottunut kääntymään sisäänpäin, istumaan alas ja tutkimaan mielensä mahdollisuuksia. Aasialaisessa kulttuurissa asia on toisin. Länsimainen ihminen on suuntautunut ulospäin tutkimaan luontoa, kehittänyt luonnontieteitä ja samalla sulkenut itseltään monia kokemuksensa ulottuvuuksia. Länsimaisen ihmisen irtaantuminen siitä henkisyydestä, jota uskonnollinen kokemus ilmentää, on vasta noin sata vuotta vanhaa. Länsimainen ihminen kadotti jumalansa samaa tahtia kun tieteellinen maailmankuva sai jalansijaa ja samaa tahtia kun tiede pyrki ulottamaan selitysvoimansa sellaisille alueille, joihin se luonteensa mukaan ei voi ulottua. Tarkoitin sitä näkymättömän aluetta, joka tiedollemme ja käsitteillemme jää

transsendentiksi, mutta joka ei välttämättä inhimilliselle kokemukselle ole sitä. Nietzsche rekisteröi tämän todetessaan, että länsimaisen ihmisen jumala on kuollut.

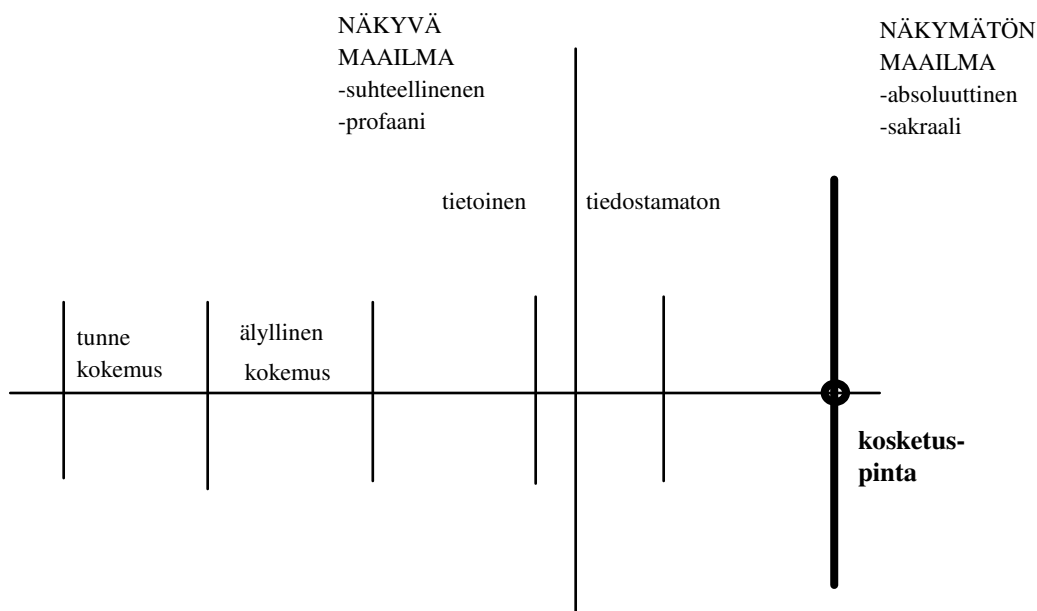
Kadottaessaan tämän perustan länsimainen ihminen tuli revytyksi irti juuriltaan. Profaanisessa maailmassa elävälle ihmiselle niin aika kuin tilakin ovat tasalaatuisia, niinkuin antropologi Mircea Eliade toteaa¹. Profaanisessa maailmassa ei ole mitään keskusta, keskipistettä, josta voi suuntautua ympäristöön ja elämään yleensä, sellaista keskusta joka antaa merkityksen kaikelle muulle. Profaanisessa maailmassa elävä ihminen on välttämättä aina itse hukassa, koska hänellä ei ole maailmassa suunnistamiseen mitään lähtökohtaa, jonne hän voisi myös palata. Profaanisessa maailmassa kotiinpaluu on mahdotonta, koska mitään kotia ei ole.

Sakraalissa maailmassa näin ei ole. Primitiivisellä ja arkaaisella ihmisessä on metafyyminen halu (Levinas), tarve perustaa maailma (Eliade), asettaa keskusta, josta käsin hän voi suunnistaa maailmassa ja elämässä ja joka antaa merkityksen kaikelle muulle. Perustaessaan maailman ihminen asettaa juurensa johonkin kohtaan: hän rakentaa alttarin tai temppelin, mutta nämä juuret eivät silloin ole vain jossakin paikassa, ne ovat syvällä hänessä itsessään. Ulkoinen paikka, sakraali tila, on tarpeen vain, jotta se avaa tien ihmisen henkisen kokemuksen niille alueille, jotka koskettavat transsendenttia.

Maallistunut ja teknologisoitunut länsimainen ihminen on lakannut perustamasta maailmaansa siihen, mikä on pysyvää.

Mutta kuten jo totesin, tämä länsimaisen ihmisen juurettomuus on tuore ja omalaatuinen episodi ihmiskunnan henkisessä historiassa, jossa puhdas profaani maailma on poikkeus.

Kun ihminen tunkeutuu tarpeeksi syvälle mieleensä, niin kuin zen-harjoituksessa tehdään, hän kohtaa transsendentin, Absoluutin kosketuksen. Tässä kosketuspinnassa, joka on siis syvällä meissä, ihminen kohtaa myös oman syvimmän perustansa, juurensa (kuva 2).



Kuva 2. Kosketuspinta transsendenttiin.

¹Eliade 1959.

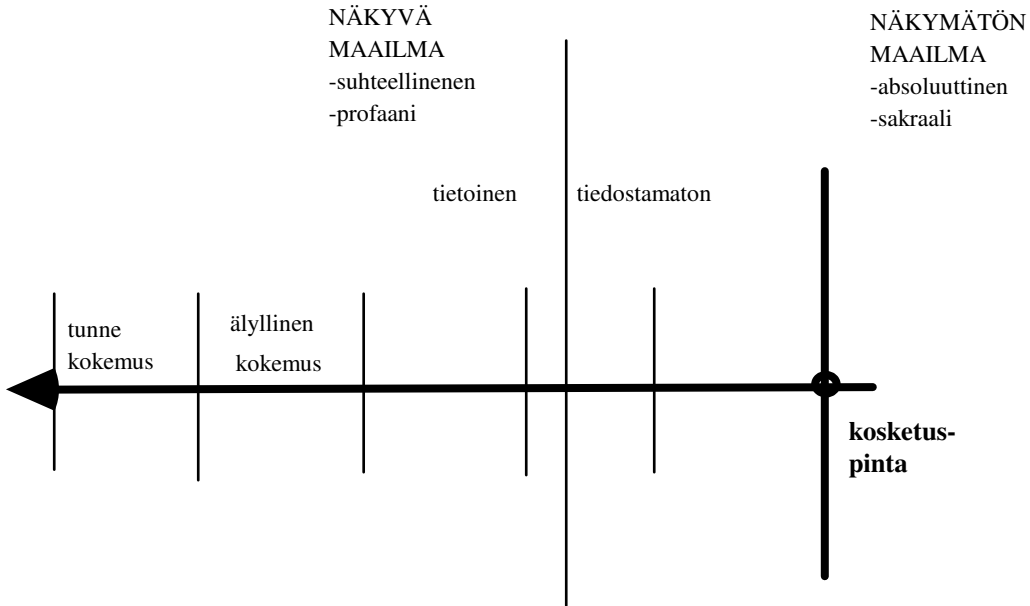
Eri kulttuurien uskonnolliset ja filosofiset mystiset perinteet kuvaavat tätä kosketusta hyvin samankaltaisin käsittein. Olennainen samankaltaisuus näissä kuvauksissa on se, että tämä kosketuspinta on syvällä meissä itsessämme. Se siis kuuluu henkiseen rakenteeseemme. Se on yksi henkisen kokemuksen taso, jonka olemme kadottaneet näkyvistä. Zen kuvaa Buddha-luontoamme arvokkaaksi helmeksi, joka on hukkunut mielemme sekasortoiseen ja myrskyiseen valtameriin. Vain tyyntymällä mielemme kuohut voimme saada edes vilauksen tästä helmestä, joka loistaa jatkuvasti, mutta mielemme veden sameus estää meitä sitä huomaamasta.

Taolaisessa perinteessä, Tao Te Chingissä, kehoitetaan näin:

Tunkeuedu äärimmäiseen tyhjyyteen,
 pysyttele äärimmäisessä hiljaisuudessa,
 josta kymmentuhatta oliota nousee kanssasi!
 Olen katsonut niiden paluuta:
 Katso, oliot kukoistavat,
 mutta jokainen palaa sinne, mistä nousi.
 Paluu alkuun on nimeltään hiljaisuus;
 Hiljaisuus on nimeltään Kohtalon tahtoon jättäytyminen;
 Kohtalon tahtoon jättäytyminen on nimeltään
 Niin on aina oleva;
 joka tuntee tämän on valaistu.
 Joka ei tunne, kulkee sokeasti onnettomuuteen.

Toinen tärkeä samankaltaisuus eri perinteiden kuvauksissa on se yksimielisyys, jonka mukaan kyseessä on kokemus, jota ei voi kohdallisesti käsittein edes kuvata. Kyseessä on kokemus, joka on käsitteittemme ulottumattomissa.

Olen piirtänyt vielä yhden kuvan (kuva 3) esittämään sitä, miten elämä virtaa meistä läpi.



Kuva 3. Elämän virta.

Olen piirtänyt tämän kuvan esittääkseni visuaalisesti sen, miten transsendenttiin kosketuksessa elävä ihminen kokee myös elämänsä kumpuavan syvästä lähteestä. Tämä lähde niin kuin elämä itekin jää aina salaisuudeksi, mysteeriksi, mutta se, mikä jää salaisuudeksi voi silti olla merkityksellistä. Itse asiassa se on merkityksellisin kosketus sakraalissa tai henkisessä elämässä. Se on kokemus, jossa elämä tulee hyvin lähelle. Ihminen on silloin eräänlainen aukko, josta maailma pursuaa lävitse. Tällainen elämän virta, jonka juuret ovat transsendentissa on Rinzaita mukaellen silmässä näkemistä, korvassa kuulemista, nenässä haistamista, suussa puhumista, käsissä tarttumista, jaloissa kävelemistä.

Se on elämää täytenä ihmisenä, ihmisenä joka ei kuulu mihinkään luokkaan.

Tästä pääsimmekin takaisin zeniin ja zenin erilaisiin harjoitustapoihin, myös budo-lajeihin. Esitin edellä lyhyen katsauksen ihmiskäsitykseen, josta lähtien on helppo ymmärtää, miksi zen-viivan piirtäminen tai yksi miekan sivallus voi olla niin vakava asia. Itse asiassa kysymys on todellakin elämästä ja kuolemasta: ihmiseksi tulemisesta tai pysymisestä keskenkasvuisena.

Länsimaiselle ihmiselle on tärkeää tekemisen lopputulos. Harjoittaessaan itseään hän tekee sen voittaakseen, ollakseen paras tai pysyäkseen hyvässä kunnossa. Hän on monasti kykenemätön nauttimaan itse tekemisestä, harjoittelusta sinänsä, siitä luovasta elämän virrasta joka hänen käsiensä kautta jännittää jousen, sivaltaa miekalla, muotoilee saviastian tai piirtää tussipiirroksen herkän viivan.

Zen-taiteilijalle, joksi kutsuisin perinteisen budonkin harrastajaa, tärkeämpää kun työn lopputulos on tekemisen prosessi, se onko hän harjoituksensa aikana onnistunut taivaltamaan eteenpäin edes lyhyen matkaa ihmiseksi tulemisen tiellä.

KIRJALLISUUS:

Eliade, Mircea: The Sacred and Profane. New York 1959.

- Herrigel, Eugen: Zen ja jousella-ampumisen taito. Helsinki, Otava 1978.
- Hoover, Thomas: Zen Culture. London 1988.
- Klemola, Timo: Liikunta tienä kohti varsinaista itseä. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta XII. Tampereen yliopisto 1991.
- Koski, Tapio: Liikunta ja kehollisuus perenniaalisessa filosofiassa. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta XVII. Tampereen yliopisto 1991.
- Legget, Trevor : Zen and the Ways. Tokyo 1988.
- Rinzai Roku. The Zen Teachings of Rinzai. Berkeley 1976.
- Sekida, Katsuki: Zen Training, Methods and Philosophy. Tokyo 1985.
- Sogen, Omori, Katsujo, Terayama: Zen and te Art of Calligraphy. London 1983.

HILJAISUUDEN ESTETIIKKA

Otin viime perjantaina sattumalta käteeni viimeisen *Tiede ja sivistys* -lehden ja huomasin, että sen teemana oli hiljaisuus. Viime sunnuntaisen Helsingin Sanomien pääkirjoituksen laatijakin oli lukenut saman lehden ja kirjoitti hiljaisuuden merkityksestä tai paremminkin sen puutteesta. Yllättäen siis huomasin, että olinkin päättänyt puhua ajankohtaisesta aiheesta.

En puhu siitä hiljaisuudesta, mistä Jaana Venkula kirjoittaa *Tiede ja sivistys* -lehdessä näin: "Esimerkiksi älymystön hiljaisena oleminen on looginen seuraus sen todellisuuteen katkenneesta yhteydestä. Ihmisillä, jotka vain näpertelevät luomassaan symbolien maailmassa, mutta jotka eivät 'elä elämää', ts. eivät ole toiminnallisessa kosketuksessa todellisuuteen, ei voi olla siitä mitään sanottavaakaan."

En siis puhu tästä, vaikka tämä on kyllä hyvin sanottu.

Tiede ja sivistys -lehti kiinnittää artikkeleissaan huomiota siihen, miten länsimainen ihminen on kadottanut yhteytensä hiljaisuuteen. Juhani Pallasmaa siteeraa Max Picardia kirjoittaessaan: "Mikään ei ole muuttanut ihmisluontoa siinä määrin kuin hiljaisuuden menettäminen", ja "hiljaisuutta ei ole enää olemassa maailmana, vaan ainoastaan fragmentteina, hiljaisuuden maailman jäänteinä. Ja koska ihminen pelästyy jäänteitä, hän myös pelkää hiljaisuuden jäänteitä." Edelleen Pallasmaa kirjoittaa: "Hiljaisuuden katoaminen on yhteydessä elämämme maallistumiseen, materialisoitumiseen ja arkipäiväistymiseen. Elämänpiirimme täyttävät melu, myös visuaalinen häly ja kaikkalainen ärsykkeiden ylimäärä."

Kaikki tämä liittyy siihen jo Martin Heideggerin huomioon, että länsimainen ihminen on paossa ajattelua. Teknologinen ajattelu on koko länsimaisen kulttuurin hallitseva ajatustapa, joka ei jätä sijaa muulle. Ajatustapa, jota Heidegger kutsuu mieltä etsiväksi tai mietiskeleväksi, meditatiiviseksi ajatteluksi, on länsimaiselta ihmiseltä hukassa. Mikä surullinen ero on sillä ajattelulla, joka esineellistää, hajoittaa kappaleiksi ja katsoo, mitä maailma on syönyt ja sillä ajattelulla, joka pyrkii - niin kuin Heidegger runollisesti lausuu - kohti "hiljaisuuden värisemätöntä sydäntä".

Viimeksi mainitusta sopii esimerkiksi zen-kulttuuri.

Ehkä siksi meidänkin on tervehdyttävää tutkia hetki zen-taiteen joitakin piirteitä.

Tarkoitan hiljaisuuden estetiikalla sen taiteen yhtä luonteenomaista piirrettä, joka kehittyi zen-kulttuurissa. Se sai alkunsa Kiinassa noin 600-luvulla, eli siellä kukoistusaikansa noin 1200-luvulle tultaessa, siirtyi Japaniin noin 1100-luvulla ja eli kukoistusaikaansa 1300- ja 1400-luvuilla ja alkoi rappeutua 1700-luvulle tultaessa. Kyseessä ei ollut vain yksi taidemuoto vaan kokonainen taidemuotojen kirjo, joka sai inspiraationsa zen-buddhalaisuudesta. Siihen voidaan laskea useita kirjallisuuden eri tyylejä, kalligrafia, tussimaalaus, rakennustaide, puutarhataide, näytelmätaide, teeseremonia, keramiikkataide, miekkailutaito, jousella-ampumisen taito ja muita. Näiden taiteiden ja taitojen välityksellä zen-estetiikan keskeiset piirteet värittivät myös tavallisen kansan elämän. Se vaikutti heidän tapoihinsa, tottumuk-siinsa, käyttäytymissäntöihinsä, harrastuksiinsa, koko elämäntapaan-sa. Japanissa erityisesti teeseremonia oli tässä välitystyössä keskeisessä asemassa. Nykyjapanilaisestakin kulttuurista voidaan sanoa sen olevan ensisijaisesti zen-kulttuuri. Tosin amerikkalaisuus ja länsimainen kulttuuri yleensä on hyvää vauhtia peittämässä tämän kaiken alle.

Jotta voisi tunkeutua zen-taiteessa ilmenevän hiljaisuuden estetiikan ytimeen, on tutkittava sitä, mihin tämä hiljaisuus perustuu. Ei historiallisesti vaan kokemuksellisesti.

Zen-taiteen estetiikassa on muitakin piirteitä. Palaan niihin myöhemmin.

Jotta saisitte aavistuksen siitä, mistä puhun, näytän teille joitakin esimerkkejä zen-taiteesta sen eri alueilta. Tässä voi ottaa esiin vain sen, mikä voidaan pysäyttää kuvaan, toiminnallisia taidemuotoja ei näin voi esittää.

Tarkoituksenani ei ole lähteä käsittelemään näitä taidemuotoja ja taideteoksia, niiden historiallista kehitystä tai niihin liittyviä historiallisia henkilöitä. Tarkoituksenani on ennemminkin selvittää sitä kokemuksellista, minkä ilmauksena hiljaisuuden taide on syntynyt ja jatkuvasti syntyy.

Seuraavaksi esitelmäni keskeinen ajatus, jota jatkossa pyrin selkeyttämään. Zen-taiteessa voi nähdä neljä tasoa, joiden kautta se syntyy, elää ja sitä analysoidaan.

Zenin lähtökohta ja siis zen-taiteen lähtökohta on (1) erityinen kokemus, joka on sen kokemista, millä ei ole muotoa. Tämä kokemus synnyttää kokijassaan (2) toimintaa, joka ilmentää tätä kokemusta. Puhutaan nk. zen-toiminnasta (zen-ki), joka kertoo zenin oppilaan ymmärryksen syvyydestä. Tämä toiminta saa usein muotonsa (3) taiteen tekemisessä: runoudessa, maalauksessa, kalligrafiassa jne. Ja viimeiseksi, kaikki tämä saa käsitteellisesti artikuloitun muotonsa (4) tyhjyyden filosofiassa, yhdenlaisessa negatiivisessa filosofiassa, joka pyrkii käsitteellistämään sen kokemuksellisen, mikä ei ole muodottomana käsitteellistettävissä. Siitä, mistä ei voi puhua, puhutaan sen kautta, mitä se ei ole. Tämä tyhjyyden filosofia ei siis ole nihilismiä. Päinvastoin. Se pyrkii artikuloitusti tuomaan esiin sen, mikä on kaiken perusta, todellisuuden viimekätinen luonne ja samalla ihmisen viimekätinen luonne. Yksinkertaisesti ilmaisten se on se, millä ei ole muotoa.

Jo tästä hahmotelmasta voi nähdä sen, että zen-taide ei ole millään tapaa taidetta meidän taidekäsitteemme valossa. Se ei pyri kuvaamaan todellisuutta. Se pyrkii ilmaisemaan tekijänsä ymmärryksen syvyyttä siitä, mistä ei voi puhua. Siksi hiljaisuuskin on siinä niin voimakkaasti läsnä. Toisaalta se on myös tie, harjoitus-menetelmä tähän kokemukseen.

I Zen-kokemus

Edellä esiin ottamaani neljä tasoa perustuvat japanilaisen filosofin Shin'ichi Hisamatsun ajatuskulkuun, joka on varmaan yhtä hyvä selitys kuin jokin toinenkin¹, kun ottaa huomioon sen, että tässä puhutaan asiasta, josta ei itse asiassa voi puhua.

On siis lähdettävä liikkeellä siitä, mitä on zen-kokemus. Hisamatsun vastaus on: se on Muodottoman Itsen itsetietoisuutta.

Tämä on lähtökohta, jossa Hisamatsu on jo joutunut turvautumaan tyhjyyden filosofiaan. Pyrittäessä kuvaamaan sitä, mitä on mahdo-tonta kuvata sanoin, on joka tapauksessa puhuttava. Zenissä perus-kokemuksen käsitteellistämistä vältetään niin pitkälle kuin se on mahdollista. Puheessa, esitelmässä se ei ole kuitenkaan mahdollista, jos yleensä halutaan puhua. Toinen tapa on vaieta, mutta sekään ei edistä asian ymmärretyksi tulemistä. *Rinzai-roku*, zen-klassikko, alkaa Rinzain huomautuksella: "En voi kieltäytyä kutsusta astua puhumaan teille tänään. Mutta patriarkkojen perinteen mukaista olisi olla avaamatta suutaan kun kyseessä on harjoituksen päämäärä. Mutta silloin ette saisi asiaan mitää otetta."²

¹Hisamatsu 1982, 45 - 50. Koko tämän artikkelin zen-taiteiden käsittely perustuu Hisamatsun tähän teokseen.

²Rinzai, 13.

Zen-kokemus on siis sen itsen itsensä tiedostamista, jolla ei ole muotoa. Mikä on tämä muodoton itse? Hisamatsu aloittaa selityksensä siitä itsestä, jolla on muoto ja korostaa, että muodottomalla hän todella tarkoittaa sellaista, millä ei ole mitään muotoa, ei fyysistä tai henkistä. Mentaaleilla ilmiöillähän on muoto. Se on se niiden ominaisuus, josta ne voidaan tunnistaa ja erottaa toisistaan. Kun tietoisuudessani on hyvän tai pahan idea, toden tai väärän idea, niin ne ovat ideoita, jotka voin erottaa toisistaan. Siinä mielessä niillä on siis muoto, jota voisi kutsua ehkä käsitteelliseksi tai mentaaliksi muodoksi.

Herää kysymys, onko sellaista mielessä olevaa, jolla ei ole mitään muotoa? Hisamatsu vastaa, että vaikka tällainen ajatus tulee esiin harvoin, niin vastaus näyttäisi olevan: tavanomainen itsetietoi-suutemme. Mehän kutsumme itseksi sitä, josta olemme tavallisesti tietoisia, mutta jota emme kykene määrittelemään tai rajoittamaan johonkin tiettyyn.

Mehän tosin objektivoimme itsetietoisuutemme, kun asetamme sen vaikkapa psykologisen tai filosofisenkin tarkastelun alle. Mutta tästä ei Hisamatsun mukaan kuitenkaan seuraa, että itsetietoisuus olisi jotakin objektiivista tai että se voitaisi määritellä. Näin siksi että se on aina kaiken tarkastelun subjekti. Kun asetamme itsetietoi-suuden tarkastelun alle, emme tavoita sitä, koska tarkastelun suorittaa aina itsetietoisuutemme. Itsetietoisuutemme pysyy aina tarkastelun subjektina. Yrittäessään tarkastella todellista itseään ihminen ei koskaan tavoita sitä. Se minkä hän tavoittaa on vain varjo. Itsetietoisuus ei voi olla koskaan jossakin tuolla, jossa voisin sitä tarkastella. Se on aina "tässä".

Tämä on siis se mieleemme, josta tavanomaisesti voimme sanoa, että sillä ei ole muotoa. Kuitenkin, kun tarkastelemme asiaa lähemmin, Hisamatsu toteaa, puhdas itsetietoisuutemmekin sisältää jotakin, joka rajoittaa sitä. Siksi se ei ole täysin muodoton. Vaikka itsetietoisuus itsessään onkin näennäisen muodoton, se kuitenkin tekee eron itsensä ja toisen itsetietoisuuden välille. Se törmää toiseen. On olemassa minä ja sinä sekä edelleen hän. Jokainen on itselleen ensimmäinen persoona.

Vaikka maailmassa on useita minuuksia, mikään niistä ei ole minun itseni kaltainen. Itsetietoisuudet ovat aina erityisiä. Minä olen aina minä, enkä toinen. Tämä ero on Hisamatsun mukaan kaikkien erotteluiden tausta ja juuri.

Zenin muodottomuus ei viittaa tähän itseän. Zenin itsestä tietoisena oleminen on täysin muodotonta. Koko zenin historia on pyrkinyt viljelemään tämän muodottomuuden kokemusta.

Ihmisellä sanotaan olevan keho ja mieli. Tämä on se, jonka subjekti tavallinen itsetietoisuutemme on. Zenissä pyritään eroon tästäkin. Kun zeniä kuvataan sanomalla, että zen on "kehon ja mielen pudottamista pois", tarkoitetaan sen tavanomaisen itsetietoisuuden poispuodottamista, joka tekee tämänkin eron.

Tämä on heräämistä Muodottomaan Itseen.

Kyseessä ei ole Hisamatsun mukaan mikään älyllinen tavanomaisen itsetietoisuuden kieltäminen ja toisenlaisen käsitteen käyttöönotto. Tietysti muodottomuuskin on idea, jonka voi ymmärtää, mutta zenissä se viittaa johonkin todelliseen, joka on olemassa, ja joka voidaan harjoituksen tuloksena kokea. "Meidän on hyväksyttävä", Hisamatsu kirjoittaa, "ajatus sellaisesta olemisen tavasta, jossa ei-olemassaolo (muodottomuus) on olemassa. Se, mitä zenissä kuvataan olemiseksi ilman mitään muotoa ei ole vain ei-muodon ajatus, käsite tai idea, vaan se viittaa aktuaaliseen Itseen, jolla ei ole muotoa."¹

Tämä itse eroaa tavanomaisesta itsestä siinä, että se ei erota itseä toisista. Tässä kokemuksessa kaikki erottelut lakkaavat.

¹Hisamatsu, emt., 48.

Tässä mielessä zenissä ei pyritä mihinkään erityiseen. Päinvastoin. Pyritään kokemaan se, mitä ei voi objektivoida. Tämä itse on täysin kaikkien tarkastelujen ulkopuolella. Lyhyesti sanottuna, zen on muodottomuuden itsetietoisuutta. Tätä itsetietoisuutta tai itseä zenissä kutsutaan Buddhaksi. Siksi zenissä todetaankin että, mielen ulkopuolella ei ole mitään Buddhaa.

Hisamatsu toteaa, että mikään ei ole henkisempää kuin tämä Itse. Kun tätä zenin Itseä verrataan kaikkeen muuhun, kaikki muu asettuu olioiden, esineiden kategoriaan. Zenin itse on kaikkien kategorioiden ulkopuolella.

Zenin Itseä ei voi opettaa kenellekään. Se on jokaisen itse koettava itsessään, aivan kuten on laita tavanomaisen itsetietoisuutenikin laita. Kukaan muu ei voi kokea minun itseäni. Muodottomaan Itseen voi vain herätä.

Hisamatsu toteaa, että tämä on se itse, jota me todella olemme ja voimme löytää sen vain etsimällä sitä itsestämme. Se ei löydy mistään ulkopuolisesta. Ja kun se löytyy, katoaa kaikki eroittelu itsen ja muiden, subjektin ja objektin väliltä. Tähän itsetietoisuuteen heräämistä zenissä kutsutaan *satoriksi* tai valaistumiseksi. Tässä tilassa siis se Itse, jolla ei ole muotoa, tulee tietoiseksi itsestään (ihmisessä).

Tämä itse on ajallisessa mielessä läsnäolossa, olemisessa tässä ja nyt.

II Zen-toiminta ja taide

Kaikesta edellä kerrotusta pääsemme zen-taiteeseen seuraavan askeleen avulla: Hisamatsu kirjoittaa: "Zenin uskonto on elämä, jossa ihminen palaamalla alkuperäiseen lähteeseensä <...> murtautuu kaiken sen läpi, joka on jakautunut osiin ja jolla on muoto ja tulee itse Muodottomaksi Absoluuttiseksi Yhdeksi, Perustavaksi Subjektiksi, joka on täydellisesti vapaa. Sitten hän Todellisena Subjektina <...> ilmentää Itseään kaikissa erilaisissa muodoissa. Itämainen filosofia on ainutlaatuista juuri siinä, että se tuo esiin ihmisen perusluonnon tällaisessa elämässä; ja ainutlaatuinen itämainen taide on tämän Perustavan Subjektin <...> taiteellista ilmausta."

Muodottoman Itsen, *Perustavan Itsen laatu* määrää sitä, miten sitä taiteellisesti ilmaistaan. Tämä on Hisamatsun mukaan tärkeintä. Hän luettelee seitsemän esteettistä piirrettä, jotka tässä luomisprosessissa toteutuvat. Ne ovat: epäsymmetria, yksinkertaisuus, kuiva ankaruus, luonnollisuus, syväinen herkkyys, henkinen riippumattomuus, ja hiljaisuus.

Jokainen näistä zen-estetiikan piirteistä viittaa tiettyyn Muodottoman Itsen aspektiin.

Epäsymmetria tarkoittaa säännönmukaisuuden, määrätyn muodon puuttumista. Tämä zen-taiteen piirre syntyy siitä Muodottoman Itsen aspektista että tällä Itsellä ei ole mitään tiettyä muotoa. Epäsymmetria zen-taiteessa on siis muodottomuuden ilmentymää. Kaikki ne rumat Bodhidharman kuvat, joita zen-taide on synnyttänyt, ovat siis sen ilmausta, että piirtäjä ei saa takertua mihinkään säännöllisen tai täydellisen muodon ajatukseen.

Yksinkertaisuus viittaa siihen, että mikään ei ole yksinkertaisempi kuin zenin Muodoton Itse. Täydellisin yksinkertaisuus ei sisällä mitään muotoa. Muoto tuo jo mukanaan monimutkaisuuden

ajatuksen. Ja kun ihanteellinen yksinkertaisuus ilmenee, niin kuin se zen-taiteessa ilmenee, lopputuloskin on yksinkertainen.

Kuiva ankaruus viittaa ei-aistilliseen. "Täydellinen vapautuminen aisteista toteutuu vain siinä Itsessä joka on ilman muotoa", kirjoittaa Hisamatsu. Zen-taiteissa tämä ominaisuus toteutuu sellaisten esteettisten laatujen kautta, joita japanilaiset kutsuvat termeillä *sabi* ja *wabi*. Sabi viittaa johonkin, joka on jo arvokkaasti ikääntynyt, wabi sellaiseen köyhyyteen ja yksinkertaisuuteen, joka ei viittaa aikaan.

Luonnollisuus viittaa keinotekoisuuden puuttumiseen. Luonnolli-nen taideteos syntyy mielestä, joka on ei-mieli, mieli, joka ei aio luoda mitään. Se on mieli joka on ilman tarkoitusta. Luonnollisuus on ole-mista sellaisena kuin todella on. Se on siis todellisena itsenä olemista. Ja tämä on zenissä Muodoton Itse.

Syvällinen herkkyyden zen-taiteessa syntyy siitä, että Muodoton itse on itse pohjaton, ei koskaan täysin muotojen avulla ilmaistavissa oleva. Ihmisen henkisessä kokemuksessa se on syvällisintä, mitä on. Sen syvemmälle todellisuuteen inhimillinen kokemus ei voi tunkeutua.

Henkinen riippumattomuus on myös Muodottoman Itsen yksi olennainen piirre. Koska se on vailla muotoa, se ei voi takertua mihinkään, millä on muoto. Se on täysin vapaa. Riippumattomuudessaan ja muodottomuudessaan se on kuitenkin aktiivinen. Muutenhan se ei voisi ilmetä millään tavalla. Zen-toiminta, koska sen perusta on Muodottoman Itsen täydellisessä vapaudessa onkin nopeaa kuin salama, se ei takerru mihinkään muotoon oli se sitten ajatus tai esine, vaan pudottaa pois kaikki naamiot.

Hiljaisuus syntyy muodottomasta. Muoto synnyttää aina liikettä ja ristiriitoja. Siitä mistä ei voi puhua, on vaiettava. Vain siellä, missä ei ole muotoa, voi olla täydellinen hiljaisuus. Täydellinen tyyneys, rauhallisuus on läsnä vain Muodottomassa Itsessä. Kun zenissä puhutaan "hiljaisuuden etsimisestä liikkeessä", sillä tarkoitetaan tämän itsen etsimistä jokapäiväisessä elämässä. Tämä on se hiljaisuus, joka tulee esiin kaikissa zen-taideoksissa ja erityisesti zenin toiminnallisissa taidoissa.

Kaikki edellä esiin ottamani seitsemän zen-taiteen piirrettä eivät ole toisistaan erillisiä, vaan liittyvät aina yhteen. Muodottoman Itsen ykseysluonne on niiden perusta. Koska ne ovat kaikki tämän Yhden ilmausta ne kaikki sisältyvät erottamattomasti toisiinsa.

IV Tyhjyyden filosofia, negatiivinen teologia

Se, mitä Hisamatsu kutsuu Muodottomaksi Itseksi, on hänen mukaansa saanut ilmauksensa *vain* idässä. Zen-taide on tämän ilmauksen yksi muoto ja koko itämainen filosofia on sen ilmausta. Tätä ajatusta ei voi nielemättä hyväksyä.

Länsimaisessa filosofian ja uskonnon historiassa sama Itse on saanut mitä erilaisimpia ilmauksia ainakin viimeisen parin tuhannen vuoden ajan. Tämä kosketus, mitä Heinrich Dumoulinia seuraten voi kutsua Absoluutin kosketukseksi, on kaiken, niin itämaisen kuin länsimaisenkin mystiikan peruskokemus. Zenkin osuu tähän laajempaan yhteyteen. Kaikkiialla maailman mystisissä perinteissä tätä kokemusta on pyritty ilmaisemaan negatiivisin termein. Puhutaan tyhjyydestä,

muodottomasta, ei-mistään joka kuitenkin on kaikki jne. Lännessä on totuttu puhumaan negatiivisesta teologiasta.

Seuraavassa vain muutama hajanainen tämän kokemuksen ilmentymä.

Intialaisessa ajattelussa jo Upanisadien varhaimmissa kirjoituksissa on löydettävissä negatiivisen teologian kaikki elementit. Upanisadit ovat vanhinta intialaista kirjallisuutta, jotka ovat syntyneet noin 800 - 600 eaa. Monistisesti ymmärretty Absoluutti, *Atman* joka on identtinen *Brahmanin* kanssa, ylittää kaikki olemisen kategoriat. Tämä Absoluutti on ehdottomasti määrittelemätön eikä siitä voi sanoa mitään. Ja jos siitä sanotaan jotakin, voidaan vain sanoa, niin kuin eräässä Upanisadissa todetaan, "että se ei ole niin".¹

Monet myöhemmät intialaiset filosofiset koulukunnat ovat ottaneet Upanisadit peruskirjojensa joukkoon. Mm. samkhya-koulukunta, joka on joogafilosofian perusta. Niinpä esimerkiksi joogafilosofiassa puhutaan perimmäisestä todellisuudesta, *purusasta*, hengestä, vain negatiivisin termein. Materiaalinen maailma, tämän filosofian mukaan, on vain, jotta purusa voisi tulla tietoiseksi itsestään.

Tässä ajatuksessa on mielenkiintoinen yhteys siihen, miten Hisamatsu selitti edellä kuullun tavoin zenin olevan Muodottoman Itsen itsetietoisuutta.

Intialainen Nagarjuna, jonka elinaika sijoitetaan jonnekin 200 ennen ja 400 jaa. välille formuloi Mahayana-buddhalaisuuden tyhjyyden opin *Madhyamikassa* eli Keskitien opissaan, josta zeninkin kielenkäyttö on saanut vaikutteita. Nagarjunan mielestä korkein totuus on absoluuttinen Tyhjiys, *sunyata*, joka on kaikkien määrittelyjen ulkopuolella ja on sanoin kuvaamaton. Hän esitti kuuluisan nelinkertaisen negaation periaatteensa, jonka mukaan tyhyydestä ei voi sanoa että se on tai että se ei ole tai että se sekä on että ei ole tai että edellinenkään ei pidä paikkaansa. Tämä on se näkymä, joka Nagarjunan mukaan odottaa valaistunutta. Kyseessä ei siis ole Nagarjunalla niin kuin ei Upanisadien kirjoittajillakaan pelkästä metafysisestä spekulatiosta vaan mystikon välittömästä kokemuksesta.

Intialaisesta ajattelusta riippumattomana kehittyi Kiinassa taolainen filosofia. Tao-te-ching toteaa taosta: "Tao, joka voidaan sanoa ilmaista, ei ole muuttumaton Tao. Nimi, joka voidaan määrittellä ei ole muuttumaton nimi." Tähän määrittelemättömään taolainen viisas pyrkii tunkeutumaan. Päämääränsä saavutettuaan hän on yhtä vapaa ja riippumaton kuin Tao itse. "Kymmentuhatta oliota hän nostaa tyhyydestä eikä niitä kiellä, hän synnyttää elämää, mutta ei sitä omista, toimii, mutta on siitä riippumaton." Taolaine viisas Tao-te-chingin mukaan "toimii ilman tekoja ja opettaa ilman sanoja". Siis hiljaisuudella.

Tämän päivän teemaan sopii erityisesti seuraava Tao-te-ching sitaatti:

Tunkeudu äärimmäiseen tyhjiyteen,
 pysyttele äärimmäisessä hiljaisuudessa,
 josta kymmentuhatta oliota nousee kanssasi!
 Olen katsonut niiden paluuta:
 katso, oliot kukoistavat,
 mutta jokainen palaa sinne, mistä se nousi.
 Paluu alkuun on nimeltään hiljaisuus;

¹Dumoulin 1966, 104.

Hiljaisuus on nimeltään Kohtalon tahtoon jättäytyminen;
 Kohtalon tahtoon jättäytyminen on nimeltään Niin on aina oleva,
 joka tuntee tämän on valaistu;
 joka ei tunne, kulkee sokeasti onnettomuuteen.¹

Lännessä negatiivisen teologian ensimmäisiä muotoilijoita olivat uuspytagoralaiset ja gnostikot. Tärkein tämän ajan filosofeista oli kuitenkin kolmannella vuosisadalla elänyt uusplatonilainen filosofi Plotinos, jonka vaikutus näkyy monissa myöhemmissä kristityissä mystikoissa. Plotinos kehitteli ensimmäisenä läntisenä filosofina loppuun asti negatiivisen teologian peruseriaatteet. Plotinoksen *Yksi* on, ei vain mittaamattoman täydellinen, vaan myös kaikkien olemisen ja ajattelemisen kategorioiden ulkopuolella. Plotinos kirjoittaa: "Yksi ei ole mitään tiettyä laatua tai kokoa, ei henkeä tai sielua, ei mitään liikkuvaa tai liikkumatonta, se ei ole tilassa eikä ajassa. Ei, se on jotain yksinkertaista tai ennemminkin jotain muodotonta, ennen kaikkea muotoa, kaikkea liikettä, kaikkea lepoa."²

Yhtä ei voi saavuttaa ajattelun avulla eikä kuvata sanojen avulla. Se ei ole ylipäätään mikään oleva. Siitä voi saada kuitenkin välittömän näyn, johon johtavalle tielle käsitteellinenkin oppi voi johtaa. Ei kuitenkaan perille asti. Sanat voivat viedä meidät vain portille, sisään on astuttava ilman sanoja.

Tähän voisi kuka tahansa zen-mestariikin yhtyä.

Kristillisestä mystiikasta otan vain esiin 1200- ja 1300-lukujen vaihteessa eläneen mestari Eckehartin. Hän kuvaa Jumalan olevan "olemisen ylittävä oleminen ja olemisen ylittävä ei-mityys."³ Hänen luontonsa on se että hänellä ei ole mitään luontoa. Hän on "yksinkertainen perusta", "hiljainen autioma", johon mikään erottelu ei ylety; yksinkertainen hiljaisuus, joka on itsessään liikkumaton. Kauneinta, mitä ihminen voikin mestari Eckehartin mielestä jumalasta sanoa, on se että hän vaikenee.

Näillä lyhyillä huomioilla olen halunnut tuoda esiin sen, että zenin Muodoton Itse ei ole mitenkään ainutlaatuinen kokemus. Se on peruskokemus, joka esiintyy monissa kulttuureissa saaden niissä erilaisia käsitteellisiä formulointeja.

Zen-taide on Muodottoman Itsen ilmaisua. Sen hiljaisuuden elementti on suora seuraus siitä, että se, mitä se pyrkii ilmaisemaan ei ole sanoin ilmaistavissa. Ei myöskään kuvin.⁴ Mutta tämä taide on jälki jostakin, joka voi tulla esiin vain jäljen kautta, koska se on itse jotakin, joka ei ole objektivoitavissa. Se on jälki, joka osoittaa myös tien ja kutsuu seuraamaan sellaista, joka on kiinnostunut tällaisista retkistä.

KIRJALLISUUS

¹Tao-teching, runo 16. Suom. Pertti Nieminen.

²Dumoulin, emt, 113.

³Dumoulin, emt. 113.

⁴Sen kuvaus on negatiivista siksi, että harjoitus on jatkuvaa kieltämistä: ajattelun ja mielikuvien kieltämistä, liikkumattomuutta, tyhjyyteen samaistumista...

Hisamatsu, Shin'ichi: Zen and the Fine Arts. Tokyo: Kodansaha 1982.

Dumoulin, Heinrich: Östliche Meditation und Christliche Mystik. Freiburg / München: Karl Alber 1966.

Tao-te-ching. Suom. Pertti Nieminen. Teoksessa: Pertti Nieminen: Keskitie, kiinalaista viisautta. Helsinki: Tammi 1969.

The Zen Teaching of Rinzai. Tr. Irmgard Schloegl. Berkley: Shambala 1976.

Timo Klemola

DANCE AND EMBODIMENT

This article will examine dance from the overall standpoint of embodiment, of man's existence as a body in the world. Man's embodied being in the world has been the subject of particular interest in phenomenological philosophy. The phenomenology of dance will be dealt with along these lines.

Dance is a unique art form precisely because the dancer attempts to express something solely through the motion of his body. Paul Valéry has stated that dance is "nothing more and nothing less than the action of the entire human body".¹ Naturally, the dancer can use devices, costumes or sets in order to impart his message, but a work of art must be based on the expressive power of bodily motion in order to be called dance. This bodily motion may be bound to some classical or modern language of motion, or it may create its own language of motion. At any rate, what is essential is that the dancer try, through his bodily movements and posture, to express something that we might call the message of dance.

When we talk about dance, the point of departure is usually a dance tradition such as classical ballet, modern dance, etc. Any exchange, therefore, often gets "stuck" in the specific tradition under discussion. From the standpoint of a philosophical analysis of dance, such an approach is inadequate. It is a position that in itself requires philosophical analysis.

The basic level from which different dance traditions can be derived is human embodiment. As Paul Valéry expressed this conception, "every epoch that has understood the human body and experienced at least some sense of its mystery, its resources, its limits, its combinations of energy and sensibility, has cultivated and revered the dance".²

From my point of view, man's existence in the world as a body with expressive power is the best point of departure for any philosophy of dance. Dance is not possible without the body. To understand dance as a phenomenon, we must first understand the corporeality of human existence. From a general analysis of embodiment, we can then proceed to an examination of the expressiveness of the body, where dance also has its place.

Any practice which improves the body's expressive capabilities or enables it to learn a new language of motion reflects, on a more general philosophical level, the concept that man is somehow an ongoing project. Being a project entails a continuous orientation towards the future and its possibilities.³

Thus, with an eye on the future, the dancer also exercises his body with the purpose in mind of expanding his possibilities. On a more general level, exercising the body is connected to how we understand the meaning of our movement. Those who exercise regularly conceive of the meaning of their exercise in many different ways. The end goals of training may vary. That a certain form of motion is called art, does not offer an adequate starting point in a philosophical sense for comprehending the manner of being of dance. In any given situation, what we call art is time-specific, while the philosophical point of view is more comprehensive.

Exercise is the means to four key projects. I designate these projects as follows: *Winning, Health, Expression and Self*. Winning refers to those forms of exercise such as competitive sports with victory as a goal. When exercise is the means to a stronger and healthier body, health is the project, as in fitness training. Exercise as a key to self includes all forms of motion that involve the study of self, with the goal of discovering what can be termed actual or authentic existence. The last concept is based on the writings of the German philosopher Martin Heidegger. Projects of self include, for example, yoga, the various Asian self-defense disciplines and tai-chi.

In this general overview of corporeal projects, dance could be considered a project of expression. Dance does not differ from other projects because of its artfulness; some dance forms clearly lack artistic aspirations. For example, sacred dance is clearly a project of self. On the other hand, it is possible to see artistic elements in the project of winning. Naturally, we can isolate the dance form that aspires to be art and define it as such.

The Body as the Center of Being in the World

Like many other phenomenologists, Maurice Merleau-Ponty, a French philosopher, takes "being in the world" as the basis of his philosophy when he asks the following: What is it that is in the world? Merleau-Ponty answers his own question: it is our body, the lived and conscious body that opens the world to us. It is simultaneously both the means and the center of our existence. Bodily, we are tied to the world both in time and in space. Bodily, we always exist here and now. Merleau-Ponty calls this our situation. He writes: "The body is the vehicle of being in the world, and having a body is, for a living creature, to be enmeshed in a definite environment, to identify oneself with certain projects and to be continually committed to them."⁴ For Merleau-Ponty, the body is the center of the world "towards which all objects turn their face".⁵ As he sees it, the body is also the center of the world in the sense that "I know that objects have many facades because I can walk around them and study them. In this light, I am conscious of the world through my body."⁶

The following example illustrates Merleau-Ponty's ideas. Let's imagine consciousness without a body, an angel, for example. How can an angel be conscious of the world? This question, of course, has difficult theological implications, which I will ignore for the moment. My assumption is that angels have no body and therefore no sense organs; no eyes, nose or ears. How could such a being perceive the world? It can't, because it lacks the instruments of perception. If an angel doesn't have a dimensional body, it can't walk around objects, study them and take note that they are dimensional, too. To experience what it feels like to dance, it would have to create for itself a living body.

Bodily presence in a place is not the same as an object taking up a certain space. Space experience is always different from objective space. "Being here" as a body does not refer to any external coordinates, relative to which I am here. The body itself sets the first coordinates and determines its own situation. The spatiality of the body is the spatiality of the situation, and not the spatiality of the place.⁷

As a body, I do not exist in the world in the same way an object does; I create my own world. So, embodiment is connected with two levels of space, objective space and space experienced. Any study of movement and its meaning should take both these horizons into consideration. As bodies, we are not merely objects among other objects; we are part of the world as a whole. Merleau-Ponty emphasizes that the body exists in the world like the heart in an organism. In a way, the body breathes life into the internal play that is the world we experience.⁸

Merleau-Ponty calls the body the natural subject⁹ or the natural ego¹⁰, precisely because the body is the center of our perceptions. This being the case, we do not perceive with the help of our body but intrinsically in our body, since our body is the subject of our perceptions.¹¹

The terms of "body as object" and "lived body" refer to the two levels of our being mentioned above: our body as a thing or an object and our body as we perceive it in the context of our own experience. The body as object has a certain structure made up of bone-scaffolding, muscles, circulation, etc. Anatomy and physiology deal with this aspect of the body. Looking at each other or ourselves (to the extent that we see ourselves) we see the body as object. An autopsy reveals the internal aspect of the body as object.

We experience our own bodies differently. We do not experience our bone-structure or blood circulation. We do not experience our body as an object. Our body is not an object; rather, through our body, objects exist.¹²

We should note immediately that it is possible, of course, to objectify one's own body. This quite often happens in physical exercise. It is also possible to look at someone else's body as an object. This approach is again quite common in physical exercise. In both instances, we lose touch with the experience of the lived body.¹³ For example, to train like a machine with the goal of constantly improving performance or to force the body to fit an externally-determined mold is to objectify one's body. When someone else's body is seen as an obstacle to be conquered, it is then objectified.

The Body's Intentionality

While the body is the center of our being in the world, it also has the potential for "transcending itself". We do not live encapsulated in the world, closed up in ourselves and disconnected. As a body (and as consciousness) our relationship to the world is ongoing. As a living and sensing body, we are even constantly in touch with the prelingual, the basis of everything lingual. This relationship is the intentionality of our "natural subject", i.e., of our body. Intentionality simply means being in a relationship. This relationship is the basis of all expression, dance included.

According to Merleau-Ponty, every movement is inseparably "movement and consciousness of movement".¹⁴ Movement and our motility are part of our basic intentionality, our basic relationship to the world. For Merleau-Ponty, consciousness is characterized by action rather than thought. As he writes "in origin, consciousness is not 'I think that' but 'I can'".¹⁵ Consciousness is intentional because it is always in relationship to something. For example, love or hate always has an object. Similarly, the body, too, is intentional because both in its perceptions and its movements, it is always in a relationship to the world.

When I speak of dance as a project of expression, my point of departure is that the essence of the form of movement connected to this project, its most essential way of being, is expression. The dancer's movement is an attempt to express, to communicate something to the audience. This situation may be seen in the light of bodily intentionality; that is, in light of a body that is always in relationship to something. When we speak of expression as the project, the relationship is expression. What exists is the dancer's body, whose primary intentionality in this situation is expression. This intentional relationship may be analyzed more deeply on the basis of its objects, i.e., on the basis of what is expressed. The objects may be emotional (love, hate, jealousy), declarative ("that man is a swindler"), volitional ("I want to kill him"), ethical ("destroying nature is wrong") or aesthetic (in the sense of oneness with nature, for example). The most fundamental intentionality of the dancer's body, his "natural subject", is his relationship to the whole world and,

in particular, his own situation. The world is the background for movement. The specific part of this world, the situation, which for the dancer is a certain stage, certain audience, and certain fellow dancers, set the factual limits on the realization of his expressive intentions. The situation cannot limit the nature of his intentional objects, what he tries to express. It may, however, limit the modes of moving he can utilize to reveal these objects. Thus it is quite common for a certain dance to be planned for a specific environment. The situation is not merely a limitation; it also opens the potential for exposing expressional intentions. As a situation for dancers, a forest, for instance, presents possibilities for the language of motion which differ from those on a stage.

We could analyze the dancer's intentional relationship to the world on different levels and thus disclose the various dimensions of his experience. In this way, we could reveal the experiential levels that constitute the dancer's experience in the dance. The point of departure is the dancer's basic intentionality: "the dancer-world relationship", primarily a dialogic relationship between the dancer's body and the world. While this level is a dimension that can be analyzed in components, my intention is to examine just one aspect of the issue.

We could take the dance environment as an example of the dancer-world relationship. The environment might be a stage, or it might be a railway station. The varying projects of expression and forms of dance present different situations and factual environments. Classical ballet, for instance, is very much tied to a stage environment, whereas African dancing can take place virtually anywhere. We could ask how a different environment affects the dialogue between the dancer's body and the world. The facts of the dance situation also determine, as the other part of the dialogue between the dancer and the world, the language of movement of the dance. Dancing outdoors, for instance, the dialogue might involve a growing tree, a lawn, a market place, a building or sunlight; such elements can only be represented onstage in symbolic form, using props. For both the dancer and the spectator, dancing with a real tree is certainly a different experience than dancing with a stage prop.

The world and the illusion of the world represent different kinds of factuality. In its own way, this factuality in the dancer's situation also sets up the openness where the intentional object of the dancer's expression can move. In other words, on the stage and in artificial light, the dancer cannot express his relationship to sunlight the same way he can in the open air. We might say that the factual "openness" of the dance environment also broadens the expressive possibilities of the dance.

When dancing, the dancer is in a relationship with the world. He also is in a relationship with what he dances, with what, if anything, he wants his dance to communicate, and with how he dances, i.e., with the means and language of movement he uses to achieve his ends. So, the second dimension is "the dancer's relationship as a bodily subject with the idea" that is the intention of his dance. Harmonizing the movement of dance and its intentional object is usually done within the framework of a traditional language of motion: classical ballet and African dance, for instance, depict the emotion of love in very different ways. We could, of course, question how well various traditions succeed and whether one tradition is better than another for expressing a certain intentional object. The richness of dance expression depends on the richness of the language of motion used.¹⁶

Body Temporality

Merleau-Ponty speaks of "the field of the present"¹⁷ as the point of contact between self and time. The present is the point where both past and future horizons open. Merleau-Ponty aptly describes the present as the zone where being and consciousness coincide¹⁸. The body has to exist

here and now. In this sense the body can never become the past¹⁹. In a very tangible way, the body brings the past to the present.

In a way, the body is its past: it carries the past along, "secretly nourishes it, devoting to it part of its strength"²⁰, as Merleau-Ponty poetically puts it. This is evident in cases of injury, an amputated arm, for instance. The body bears not only its injuries and scars, but also all bodily memories and skills. We could say that the body brings its skills and traces²¹ to the present. Body skills and traces are essentially permanent, and they can color a person's existence intensively. Riding a bicycle is a good example of a permanent skill: once acquired, the ability is impossible to forget. On the other hand, pain from an injury can also color existence in a significant way, as can an erotic body memory.

Upsetting the body's equilibrium - which is quite common in competitive athletics - often causes permanent traces which a person carries in his body for the rest of his life. This kind of injury-induced trace creates the spectacles through which the athlete normally views the world. The skills a person acquires have the same function. The dancer's agility, balance and skill bring his past and all his practice to the present, where they manifest themselves as experience. This present includes not only the duration of an actual performance but also everyday life. Dance-related skill colors the dancer's every move.

Horizons of Experience

The French existentialist Jean-Paul Sartre has expressed the idea of a body as the past in the sense that whatever we do, including when we perceive, we always in some manner transcend our bodies. Because the body is transcended, the body is the past²². When we handle objects, drive a car or perceive, for instance, when we look out a window, we are seldom conscious of our bodies. We are only conscious of the object and we transcend our body.

Sartre's description is related to activity where the body is not the focus of activity. Such is not the case when our experience is tied to body-consciousness - for instance, in dance. We must clearly separate "ego-consciousness" and "body consciousness" and their respective horizons of experience. A horizon of experience refers to the level or field of experience. The concept is based on the ideas of the German philosopher Max Scheler, who suggests that the way the given existence of the lived body is given is fundamentally different from the given existence of the ego, its states and experiences²³. Scheler refers to these levels of experience as spheres that cannot be reduced to each other²⁴. Our lived body (Leib) opens to us in our body consciousness. As Merleau-Ponty writes, "the consciousness of the body involves the entire body, the spirit spreads throughout its parts ...".²⁵

By a "mental-spiritual horizon of experience", I am referring to the level of experience, the background of which is our ego consciousness, and by a "bodily horizon of experience", to the level of experience, the background of which is the body consciousness as described by Scheler.

If we scrutinize our mental-spiritual experience, we see that it can be divided into clearly irreducible levels. Our emotion or volition could be mentioned as examples. These experiences are connected to different experiential levels. However, an emotion such as love, for instance, is not reducible to intellectual experience. We can look at the bodily experience in the same way. Its different levels are, for instance, bodily experiences connected to agility, speed, strength, and tactile sensitivity. These levels may also be called horizons of experience.

My emotional horizon is the total openness of my emotional experiences, which, at the extreme limits, could be expressed by love and hate. Caress and murder represent the extreme limits of my bodily experience horizon connected to tactile sensations.

From the point of view of dance, it would be interesting to contemplate how dance opens and closes our different horizons of experience.

The Openness of Horizons of Experience And the World's Meanings

All our horizons of experience open the world to us in a specific way. We can talk about the narrowness or openness of horizons of experience. For example, my emotional horizon is closed (narrow, tight) if I can express only a few emotions - for instance, hate - or if I am not capable of externalizing emotions. The horizon is open if I can express a wide range of emotions. If my emotional horizon is closed, or limited, and contains only neutral or hostile feelings, my perceptions of the world and other people will reflect these emotions. Emotional connotations are left closed or only partially open. It would be like looking at the world through a small crack in a fence even though I could open the gate and step inside. If instead, my range of emotions is broader and my emotional horizon is more open, the world in turn appears more open to me, more meaningful. Thus the meanings exposed reveal new opportunities to act and experience the world in a more enriching way.

Similarly, I could take an example from the bodily horizons of experience. The openness or narrowness of bodily horizons of experience depend, however, on specific facts about my body. In other words, how I experience, for example, my strength - as sufficient or insufficient in a given situation - depends on my actual strength, which I can increase through exercises. While such is the case for experiences which are the key to movement - speed, agility, strength, endurance and skill, other bodily experiences, the sense of touch for instance, are not dependent on any special training. The skill acquired through physical exercise as openness of my bodily horizons of experience enables me, for instance, to climb a mountain, thus taking possession of it in a corporeal sense.

If we compare my experience of the mountain with that of someone standing at the foot of the same mountain, the difference is clear. The mountain holds entirely different meanings for the two of us. The mountain, and the world in general, opens in a very concrete sense wider to somebody whose bodily horizons of experience are open - that make this kind of possession possible.

In practicing his body, the dancer may open many of his bodily horizons of experience. I am referring to the kind of practice that awakens his sensitivity to the world rather than exercise which forces his body into an objectified form determined by tradition. He can improve his agility, strength, balance and suppleness. With a body attuned in such a way, the dancer not only improves his capability to express what is required of him, he also at least has the possibility to experience the world in a more sensitive way. As a sensitively tuned body, he is in constant dialogue with his world. In this dialogue he may become an unreserved point of contact to the world, the lightest touch of which may cause a scream. Whether other people hear the scream or not depends on them, on their openness to the world.

As Merleau-Ponty has written, "we shall need to reawaken our experience of the world as it appears to us insofar as we are in the world through our body, and insofar as we perceive the world with our body."²⁶

We can use the metaphor of a searchlight to describe how the openness or breadth of our horizons of experience reveals the world to us. The beam of a searchlight may be narrow or wide. When the beam lights up the world in darkness, its width, or openness, determines how much of the world we can see. Like a searchlight, man discovers the world with his body by running, dancing, turning his head, touching. In order to know what it feels like to rub his hands together in the crisp morning air, he needs two hands.

The Pre-Objective Body

Until now, I have, in a sense, only used a knife; I have cut the whole field of our experience, i.e., our life world, into pieces, slices. My next objective is to try to put these slices back together into a whole. In order to do this, I will change my perspective. It is possible to examine the bodily experience as a whole, too, thus revealing qualitatively different life worlds. These levels of our experience are also linked to dance. In my opinion, the dancer's experience is also to move in these experiences, to scrutinize them, and to step in and out of them as if they were rooms, even if he himself does not conceptualize his experiences this way.

One point of view is to proceed genetically and examine the birth of our experience of the body and its movement, as well as how this experience differs in developmental stages.

I will start, therefore, at the very beginning with the body of a newborn baby. My argumentation here is based largely on the thoughts of David Michael Levin, the American phenomenologist.²⁷

When man is born into this world, he brings with him certain potential in his genetic code. To start with, his field of motility is open in a number of different directions. The field of motility refers here to the "topology", the grounding where our movements take place. For example, a dancer's field of motility, or topology, is much wider than a runner's field of motility.

Because a newborn baby's movements do not yet contain any ego-logic center, because the ego has not yet been formed, the "motility body" of an infant is experientially still part of the original field of motility, which, using Heidegger's designation, we may call "the being of the Being."²⁸

The Being, the All, the One is given to the infant as a kind of experiential basis, a field of openness to which he belongs himself. This is because an infant does not yet distinguish between subject and object because no subject has formed yet, there is only openness.

I will call this body experience "The pre-objective body", adapting Merleau-Ponty. It is the body of the newborn, and each and every one of us carries it around inside us as basic experience, although in most cases, we have forgotten it. It acquires its attunement (Befindlichkeit) in the whole field of being.

The Prepersonal Body, the Body That Plays

The openness of the infant's motility body begins to contract rapidly with the process of socialization, as he becomes a human being. Ego structures form and his original relationship to the being through the pre-objective body starts to fade. His body and his movements conform little by little to the mold and the patterns of movement that are common to all, to "das Man", the subject of the passive, to what everyone is and what nobody really is.

With the concept of "das Man", Heidegger is referring to our everyday manner of being, determined by what others are, what everyone is. Heidegger's concept of inauthentic being refers to the same manner of being.

The openness of moving and body experience that a child starts out with recedes slowly to the background as he acquires certain routines expected by social roles and other cultural factors.²⁹

This change, however, is slow and passes through certain phases. One important phase is the formation of the bodily experience that Levin calls the "prepersonal body" or the "body that plays". In experience, the child is closer to what Merleau-Ponty calls the natural subject; his body, compared to an adult whose subjectivity is ego-logical subjectivity abstracted from the body. The prepersonal body is the body of the child who plays for sake of playing, with no other goal.

This prepersonal body of ours is, according to Levin, "more immediately attuned by, and to the primordial 'clearing' and 'lighting' of Being".³⁰

It is essential that we carry all our bodily experiences with us, even the prepersonal playing body; however, our experiences are so deep within our flesh and behind defenses, so that remembering and reliving them is no longer automatic. As adults, we lose our ability to play. But this need not be. As Levin says, it is possible for the adult, too, to recall this level of bodily experience, the bodily horizon of experience by dropping ones defenses, allowing spontaneous recollection³¹. This often happens in games, when adults, too, have a chance to play.

Ego-Logical Body, the Body of "Das Man"

The next developmental phase of bodily experience is the "ego-logical body", the body of "das Man". This level describes the bodily experience that we as adults know best. It is our personal body, formed socially and historically and consisting of roles, routines, masks and social habits. It is the body formed by upbringing and other social structures. It may be described as the body of "das Man", "das Man" that everyone is and that no one really is ³².

This is the body that social historians of embodiment ³³ study and to which we give new forms, colors and clothing with the changing times. This is the body that visits a tanning salon and sports a punk hairdo, if the fashion of the times requires.

This is the body that follows trends. Physical education and sports in school are important factors in the formation of this body.

That this body of ours is stiff and anxious is the result of our centuries-long Christian upbringing. We were raised in a tradition that regards all bodiliness, any physical pleasure, as low and despicable; the body just gets in the way of spiritual development. The spirit is good and pure, body is bad and dirty. This line of thought is especially clearly manifested in the Christian attitude to sexuality, which in itself is considered fundamentally sinful just like the body. This black-and-white dualism creates the experiential conflicts and anxiety so typical of our times.

Such is not the case in monistic traditions, i.e., traditions which do not strictly separate body and mind, and which consider exercises an important part of man's spiritual aspirations.

So the way we experience our ego-logical body is closely tied to tradition. I am not suggesting that we all experience our ego-logical bodies in the same way. The division into different conceptual bodies that I am positing is my attempt at a phenomenological description which we can use to thematize the levels of our own bodily experiences. In this way we may direct our attention to them and discover the experiential possibilities connected to our movements.

The Transpersonal Body

The next genetic level of our body experience is another concept of Levin's, the "transpersonal body". Levin uses this concept to describe that level of bodily experience where we experience our connectedness to all beings. We experience ourselves as part of nature and its processes. At the same time, we no longer feel ourselves identified with our ego-logical and self-centered body. In religions, we use rituals and ceremonies to bring forth this level of experience ³⁴. This is also the goal of all exercises of self-exploration. These projects of self are always connected to certain systems of religion-philosophy. Sacred dance is a good example of a project of self of this kind.

Transpersonal here means transcending the ego, an experience where ego as a separate and subjective center for experience has been surpassed, an experience that Martin Heidegger describes as an openness to being, an openness to the secret. The experience has several levels that can be reached by bodily recollection³⁵. I interpret the deepest experience of the transpersonal body as "the recollection of the pre-objective body". In this experience we go back to the basic openness and

unity of being, which we have at birth. The body of a playing child is still attuned to this unity, although inevitably in a weakened form; ego structures have already started to form. In any case, the body of a playing child is "closer to its roots", to the unity of being than the adult body, with its fully developed ego-logic has lost. The adult body is, according to Heidegger, uprooted.³⁶ I interpret re-experiencing the body of the playing child, i.e., our pre-personal experience, as the second level of transpersonal body experience. If we could plot our experience on a vertical axis, I would interpret this level of experience as less "deep" than the experience of the pre-objective body. Experiencing the transpersonal body is not regression to previous levels of experience. On the contrary. Levin has described the process in this way: "It is not a question of infantile regression. Nor is it a question of restoring our childhood as it was in the past. The process of thought I am suggesting is, rather, a way of moving forward: integrating into present living a sense of being, and of life's possibilities, from which we have become detached."³⁷

The Recollection of Being

The transpersonal experience of the body can be considered what Heidegger calls recollection of being. I interpreted this above to refer to recollecting the pre-objective experience of body. This experience has already been described as being in connection with being. Heidegger's concept in "Sein und Zeit", is *Wiederholung*, by which he means recollecting man's existential possibilities³⁸. In inauthentic being, a person does not thematize his possibilities for being, i.e., he does not see his own possibility for authentic existence. Freedom of choice must be discovered first.

What, then, does Heidegger mean when he speaks of unactualized or inauthentic being? For Heidegger, a human being in the world is the openness which gives expression to being, but only to the extent of a person's own openness-to-being. In inauthentic being, a person is actualized in the world by hiding being from view with masks and covers. These covers make it difficult for him to be the light with which being illuminates itself. In inauthenticity, man's self is "das Man selbst", the self, that is defined through others, through the passive subject, through Anybody. Man does then not define his being himself in any genuine sense. Man has then fallen ("verfallen") into the world. In order to become an authentic self, man must free himself from the definitions of the others. In a way, he must return to himself. This is difficult, because the attraction of Anybody is great. Anybody relieves his burden. He does not need to take responsibility for his actions, because he can always refer to Anybody and say, "everybody else does so, too". Being Anybody, man is what everybody is but what nobody really is.

Heidegger says that the discourse (*Rede*) of Anybody, "das Man", is idle talk (*Gerede*); looking is curiosity (*Neugier*); and understanding is ambiguous (*Zweideutigkeit*). In the case of discourse, it is important when speaking to be continuous rather than relevant to the matters at hand. When looking, it is not important to try to understand but merely to see; it is curiosity that determines what to talk about. This has nothing to do with observation of being, which, according to Heidegger, may astonish so that it transcends all understanding. On the contrary. Seeing seeks restlessness and the excitement of continual novelty and changing encounters. By ambiguity, Heidegger refers to the aspect of our everydayness that makes us unable to distinguish between genuine and ungentine understanding. Our inauthentic being also influences the way we relate to another person. We objectify him and take from him his own possibility for being.

Recollecting the possibilities of being is necessary in order to recollect the being of Being. Only when I understand that I have lost this basic connection, my openness, when I have existed in an inauthentic manner, am I able to strive for authenticity, openness, and the bodily experience of this. Heidegger later uses the term "einkehren", which can be interpreted as a homecoming, a return to

something original.³⁹ As a bodily experience, such a return is to re-experience being one with all that is. It is homecoming in the sense that man is innately part of this connection, even though in experience it may have been lost. Heidegger's recollection refers to what has been forgotten, what has passed into oblivion ("Seinsvergessenheit")⁴⁰. It also refers to what is closed and at the same time, open in its fundamental being. If man's existence is, in Heidegger's terms being as light ("Licht"), it is no wonder that he speaks of covers and darkening⁴¹. What passes into oblivion is our original bodily experience of connectedness to being. The world darkens because people have lost their connection to what is the most original in them. Going back to the beginning is not regression but a search for a lost connection. In terms of our bodily experience, that we have forgotten our connection to being signifies that our transpersonal experience as a bodily horizon of experience is closed off. At any rate, the openness or closedness of our bodily horizons of experience depends on our own efforts. Through exercise, we can scrutinize them.

Under the pressure of our traditions, our ego-logical, everyday body has lost many of its experiential levels. Adapting to the body of "das Man", it had to accept certain modes of bodily experience and reject others. Movement, however, is the key to these corporeal gates. Movement can be the path to the gateless gate, which in the end is most difficult to open. The gateless gate - a zen metaphor - refers here to the bodily experience where a person engaged in movement finally encounters the transcendent and experiences his relation to being.

Heidegger describes this encounter as the untrembling heart of silence and light of openness⁴². Heidegger's lyrical description of the experience of the place of silence is not a metaphor. It is a bodily experience, the goal of recollection.

At this point, I would like to ask how the dancer moves within the levels of experience described above. Is there a form of art dance, or an approach to performance, with the goal, as in sacred dance, of what I have called transpersonal experience?

The primary intention of such dance is not expression, but rather the deepening of the dancer's own experience of himself and his relationship to the world. In its expression it strives to convey this experience to the audience. This kind of dance could be considered both a project of self and expression.

It also might be worth asking how the element of play fits into dance. On the other hand, we could ask if there is a dance form that is liable to constrain the dancer to what I call, using Levin's term, the ego-logical body. In such cases, of course the dancer's experience is defined by others. Could an authority, a single choreographer or a tradition be the "other" in this situation? Is the pelvic immobility of a classic ballet dancer an expression of the denial of the sexuality connected to bodiliness?

In the above, I have brought forward several dimensions of the human experience, the majority of which are related to our existence in the world as moving bodies. Knowingly or unknowingly, the dancer approaches many of these experiences in movement. In a way, these experiences are much like rooms that the dancer must pass through during his life. In my opinion, the essential feature is how carefully the dancer examines each room when he is in it; does he notice the form, style and period of the furniture, the color of the wallpaper, and the placement of the windows and the exits. Exits are of special importance. Only by seeking out exits can the dancer ensure that he at least finds all the rooms in the house where he moves.

In dance the dancer analyzes himself. To attempt expression, he must scrutinize his own body experience on one hand and, on the other, the mental-spiritual experiences he wants to express in his dance. Examining his horizons of experience, he enlarges and unfolds them. He analyzes, in a very concrete way, the relationship between the mental and the physical, the relationship that in philosophy is often regarded as unsoluble. The dancer must resolve this issue in his own experience

when he translates his mental spiritual experience into the language of movement. For the dancer, the body is revealed as a sensitive instrument, able to express the most delicate nuances of experience. In dance, movements may also create an experience where the mental-spiritual and bodily horizons of experience meld together, an experience of the corporeality of spirituality and the spirituality of corporeality. This experience is the birth experience of all dance, where the spirit turns to flesh and the flesh to spirit.

Notes:

1. Valery 1983, p. 55.
2. Valery 1983, p. 55.
3. Heidegger 1986, p. 145.
4. "Le corps est le véhicule de l'être au monde, et avoir un corps c'est pour un vivant se joindre à un milieu défini, se confondre avec certains projets et s'y engager continuellement." Merleau-Ponty 1987, p. 97.
5. "(...) vers lequel tous les objets tournent leur face..." Merleau-Ponty 1987, p. 97.
6. Merleau-Ponty 1987, p. 97.
7. Merleau-Ponty 1987, p. 16.
8. Merleau-Ponty 1987, p. 236.
9. "un sujet naturel", Merleau-Ponty 1987, p. 231
10. "un moi naturel", Merleau-Ponty 1987, p. 239.
11. Merleau-Ponty 1987, p. 239.
12. Merleau-Ponty 1987, p. 108.
13. Merleau-Ponty 1987, p. 85.
14. "mouvement et conscience de mouvement", Merleau-Ponty 1987, p. 129.
15. "La conscience est originellement non pas un 'je pense que', mais un 'je peux'." Merleau-Ponty 1987, p. 160.
16. Cohen 1983, p. 20.
17. "champ de présence", Merleau-Ponty 1987, p. 475.
18. Merleau-Ponty 1987, p. 485.
19. Merleau-Ponty 1987, p. 163.
20. "(...) elle le nourrit secrètement et y emploie une part de ses forces..." Merleau-Ponty 1987, p. 101.
21. When I speak of injury as "traces" I am not using the term in the same sense that Emmanuel Levinas uses it.
22. Sartre 1988, p. 374.
23. Scheler 1980a, p. 39.
24. Scheler 1980b, p. 56.
25. "(...) la conscience du corps envahit le corps, l'âme se répand sur toutes ses parties, ..." Merleau-Ponty 1987, p. 90.
26. "Il va falloir de la même manière réveiller l'expérience du monde tel qu'il nous apparaît en tant nous sommes au monde par notre corps, en tant que nous percevons le monde avec notre corps." Merleau-Ponty 1987, p. 239.
27. Levin 1985, 1988.
28. Levin 1985, p. 100.
29. Levin 1985, p. 101.
30. Levin 1988, p. 204.

31. Levin 1988, p. 47.
32. Levin 1988, p. 47.
33. See e.g. Falk 1988a and 1988b; Eichberg 1987.
34. Levin 1988, p. 47.
35. Levin sees such level.
36. Heidegger 1986, p. 173.
37. Levin 1988, p. 272.
38. Heidegger 1986, p. 385.
39. Heidegger 1988a, p. 46.
40. Heidegger 1987, p. 19.
41. "die Verdüsterung der Welt", Heidegger 1987, p. 29.
42. Heidegger 1988b, p. 75.

Sources:

Copeland, Roger, Cohen, Marshall (eds): "What is Dance?" Oxford: Oxford University Press 1983.

- Eichberg, Henning: "Liikuntaa harjoittavat ruumiit". Jyväskylä: Vastapaino 1987.
- Falk, Pasi: "Auringon palvojat". In: "Sironen" 1988, p. 151-159. (a)
- Falk, Pasi: "Ihoon piirretty, lihaan kirjoitettu". In: "Sironen" 1988, p. 192-204. (b)
- Heidegger, Martin: "Die Technik und die Kehre". 7th edition. Pfullingen: Neske 1988a.
- Heidegger, Martin: "Sein und Zeit" 16th edition. Tübingen: Niemeyer 1986.
- Heidegger, Martin: "Zur Sache des Denkens". 3rd edition. Tübingen: Niemeyer 1988b.
- Langer, Susanne K: "From Feeling and Form". In: Copeland & Cohen 1983, p. 28 - 47.
- Levin, David Michael: "The Body's Recollection of Being". London: Routledge 1985.
- Levin, David Michael: "The Opening of Vision". London: Routledge 1988.
- Merleau-Ponty, Maurice: "Phénoménologie de la perception". Paris: Gallimard 1987.
- Sartre, Jean Paul: "L'Être et le néant". Paris: Gallimard 1988.
- Sironen, Esa (toim.): "Uuteen liikuntakulttuuriin". Jyväskylä: Vastapaino 1988.
- Scheler, Max: "Der Formalismus in der Ethik und die Materiale Wertethik". 6th edition. Bern: Francke 1980a.
- Scheler, Max: "Die Wissensformen und die Gesellschaft". Gesammelte Werke, Band 8. 3rd edition. Bern: Francke 1980b.
- Valéry, Paul: "Philosophy of the Dance". In: Copeland & Cohen 1983, p. 55-65.

KALLIOKIIPELILYN FENOMENOLOGIAA

Liikunnanfilosofia voi olla käsiteanalyttistä, jolloin sen tuloksena on syventynyt ymmärryksemme joidenkin liikuntaan liittyvien *käsitteiden* ja niiden suhteiden luonteesta. Liikunnanfilosofia voi olla myös liikuntakokemusten filosofista analyysia, jonka avulla voidaan nostaa esiin näiden *kokemusten* keskeisiä rakenteita. Tässä tapauksessa luonteva metodologinen valinta on fenomenologinen menetelmä. Fenomenologiassahan keskeinen pyrkimys on päästä lähelle ihmisen kokemusta ja kuvata sen olennaisimpia piirteitä. Siksi onkin luonnollista, että tehtäessä liikunnan fenomenologiaa, tutkijalla tulee olla oma kokemus tutkittavasta ilmiöstä, jota hän analysoi.

Teen tässä artikkelissani kalliokiipeilyn fenomenologiaa.¹ Tämä ei pyri olemaan mikään lopullinen kalliokiipeilyn fenomenologinen analyysi², vaan ennemminkin ensimmäisiä huomioita aiheesta. Tavoitteeni on tarjota esimerkki siitä, mitä fenomenologinen liikunnanfilosofia voisi olla

Tarkasteluni etenee neljän vaiheen kautta. Aluksi kuvaan kiipeilykokemusta. Toiseksi otan tästä kokemuksesta lyhyesti esiin sen keskeiset piirteet. Kolmanneksi esitän lyhyin vedoin sen filosofisen taustan, johon aion perustaa tulkintani. Tässä tapauksessa eksistenssifilosofian. Neljänneksi ja lopuksi tulkitsen kiipeilyn kokemuksellisia ytimiä eksistenssifilosofian näkökulmasta.³

I

Tarkistan valjaiden kiinnityksen, solmun ja vilkaisen ystävääni, joka toimii varmistajana köyden toisessa päässä. Okei. Kaikki on valmista. Voin lähteä.

Ensimmäiset metrit sujuvat tottuneesti. Kallioon on muodostunut syvä viisto leikkaus, johon on helppo tarttua. Katse löytää helposti otteet. Siirrän oikean jalan ylös kuin pienelle askelmalle ja otan vasemmalla jalalla heikomman kitkaotteen. Ojennan jalkani suoriksi pitäen lantioni lähellä kallionseinämää. Seuraava oikean käden oten ei ole niin hyvä, mutta kun painaa peukalon etusormen päälle, se pitää kyllä. Vasemman käden kolme voimakkainta sormeaa etsivät tilaa kapeasta pystyraosta, löytävät halkeamasta pienen levennyksen ja tarttuvat siihen. Nyt painopisteen voi siirtää helposti oikean jalan varaan ja siirtää vasen jalka ylös tukevalle, noin kolmen sentin tasanteelle. Painon siirto vasemmalle ja työntö jalalla ja veto kummallakin kädellä. Yritän pitää käteni mahdollisimman rentoina ja käyttää vain jalkojen voimaa.

¹Artikkeli perustuu 23.3.1992 Tampereen pääkirjastossa pitämäni esitelmään "Oma kokemus liikunnanfilosofian lähtökohdasta".

²Ks. kiipeilyn perusteellisempi fenomenologinen kuvaus: Natri 1994.

³Ks. fenomenologisesta metodista Spiegelberg 1975 s. 54-71. Käytän tässä artikkelissa Spiegelbergin esittämän kuvauksen seuraavia vaiheita: 1. "deskriptiivinen fenomenologia"; 2. "olemusten fenomenologia" ja 6. "hermeneuttinen fenomenologia".

Otteet eivät ole aivan ilmeisiä. Etsin katseellani seuraavia mahdollisia otteita. Käyn nopeasti mielessäni läpi useamman vaihtoehdon. Sitten huomaan pienen halkeaman oikealla alhaalla, johon voi asettaa oikean jalan. Ongelma ratkeaa.

Otan oikealla jalalla tukea noin sentin levyisestä halkeamasta. Ravistan vuorotellen käsiäni, jotta ne eivät väsyisi. Seinämä on koko matkalta noin kymmenen astetta ulkoneva, joten lepoa on turha toivoa. Työnnän vuorotellen kummatkin käteni selässäni riippuvaan magneisumpussiin. Valkoinen magnesium kuivattaa hien sormenpäissä ja otteet tuntuvat heti tukevammilta.

Kiipeän nopeasti muutaman metrin niin kuin äsken suunnittelin. Reitti on osittain tuttu. Se ei ole kuitenkaan helppo, koska tunnen pulssini hakkaavan jo toistasataa. Aurinko paistaa etelästä ja tunnen sen lämmön selässäni. Pieni pisto vasemmassa kämmenpohjassa ennakoii ongelmia. Ravistan kättäni ja venytän sormia taaksepäin kalliota vasten. Pistävä tunne katoaa. Edessä on noin kolmen metrin poikkikulku, josta olen pudonnut useasti. Nyt tekniikka ja otejärjestys pitäisi olla selvä. Silti tunne sisälläni on outo, odottava. On edettävä rauhallisesti askel askeleelta.

Nostan vasemman jalkani kielekkeelle pitäen kiinni kummallakin kädellä kapeasta pystyraosta. Siirrän hitaasti oikeaa kättäni oikealle kunnes se tavoittaa seuraavan pystyhalkeaman. Ote tuntuu tukevalta. Nojaan painopisteeni vasemmalle ja hivutan kumpaakin jalkaani hitaasti oikealle. Tartun oikealla kädelläni viisi senttiä alemmaksi, jossa ote on vielä tukevampi. Hyvä. Tähän asti hyvin.

Nojaan voimakkaasti vasemmalle ja pujotan hitaasti vasemman käteni pääni ja kallion välistä oikean käden yläpuolelle. Kaksi ensimmäistä niveltä mahtuu rakoon ja ote tuntuu hyvältä. Siirrän jalkojani vuorotellen oikealle nojaten samalla painopistettäni koko ajan vasemmalle.

On seisottava aivan tossujen kärjillä niin, että miltei koko jalkaterä riippuu tyhjän päällä. Tasapainoa on muuten mahdoton pitää. Etsin oikealla kädelläni seuraavaa oikealla olevaa rakoa. Se löytyy helposti. Kun siirrän painopistettäni vähän oikealle, oikea jalka lipsahtaa. Pelästyn, kädet jäykistyvät ja tarttuvat lujempaa, huomaan valjaisiini kiinnitetyn köyden heilahtavan kasvojeni vasten, jalan luisu pysähtyy ja jalka jää päkiän varassa lepäämään aivan kielekkeen reunalle. Tilanne hallinnassa. Ei hätää. Olin siirtänyt jalkaotteeni liian pitkälle koko jalkaterälle.

Nyt rauhallisesti. Siirrän oikean jalan huolellisesti kielekkeen ja sivuseinämän kulmaukseen, jossa sen ote tuntuu varmemmalta. Vielä vasemman käden siirto halkeamaan oikean yläpuolelle, vasen jalka lähemmäksi, sitten oikea käsi sivuseinästä riippuvan lohikareen ylärakoon, jossa on iso kahva. Painopiste lähtee vähän hallitsemattomasti heilahtamaan oikealle, mutta vasen käsi on jo tarttunut kahvaan oikean käden rinnalta. Pieni hypähdys ja jalat ovat tukevalla maalla seuraavalla pienellä kielekkeellä.

Poikkikulku on selvitetty.

Sähköinen tunne, jonkinlainen hallittu pelko viipyy vielä kehossani. Keho ei ikään kuin tiedä sitä, minkä mieli tietää: kaikki on ehdottoman varmaa, mitään vaaraa ei ole. Valjaistani kulkee köysi jyrkänteen yläreunalla kasvavaan mäntyyn kiinnitettyyn sulkurenkaaseen ja siitä edelleen alas ystävänä valjaisiin, jossa hän varmistaa kiipeämiseni kahdeksikon muotoisen jarrulaitteen avulla. Jos lipsahdan alas, putoan vain metrin, jolloin köysi kiristyy ja jään ilmaan riippumaan.

Jatkan kiipeämistä. Paikkaa, jossa viivähdin hetken, kutsutaan lepopaikaksi. Minulta se tuntuu vievän voimat käsistä. Hyvää asentoa ei saa, koska seinämä on ulkoneva. Jalat ovat tosin tukevasti tasaisella kielekkeellä ja kädet ovat leveässä raossa, mutta paino on koko ajan osittain sormien varassa. Ravistan nopeasti sormiani, käytän käteni vuorotellen magnesium pussissa ja jatkan.

Noin kahdenkymmenen metrin korkuisesta kallioseinästä jäljellä on enää viitisen metriä, mutta vaikeinta. Edessä on tämän reitin niin sanottu kruksipaikka. Edellisenä päivänä yritin sitä kuusi kertaa ja putosin joka kerta. Tänään ystäväni kiipesi sen ja löysi paremmat otteet. Yritän matkia hänen otejärjestystään. Reitti seuraa ylös asti johtavaa pystyhalkeamaa, joka paikoitellen kapenee

niin ohueksi, että sormia ei saa tungettua väliin ja joissakin kohden levenee niin, että rakoon voi työntää jalan.

Yritän muistella otejärjestystä ja päätän, että en käytä vasemmalla olevaa houkuttelevaa otetta, jonka vuoksi edellisellä kerralla jouduin aina vaikeuksiin. Muista pysyä pystyhalkeamassa! Voima sormissani alkaa vähetä. Katson nopeasti valmiiksi seuraavat askeleet. Siirrän vuorotellen käteni halkeaman levennykseen käden selät vastakkain niin, että oikea käsi työntyy syvemmälle ja tukee selällään vasemman käden sormien otetta. Nojaus vasemmalle ja oikea jalka ylös. Sitten veto käsillä ja työntö oikealla jalalla, oikea käsi kurottaa otteen kapealta tasanteelta ja vasen siirtyy sen viereen ja vasemman jalan kärki painautuu pieneen painaumaan vasemmalle. Otteeni eivät ole tukevia vaan joudun ponnistamaan kaikki voimani että pysyn seinämässä. Asenossa ei voi viipyä kauaa. En täysin luota vasemman tossunkärjen otteeseen ja kannattelen liikaa painoa käsilläni.

Nyt oikea jalka vähän ylemmäksi.

Hyvä. Onnistui.

Sitten oikean käden ote syvältä halkeamasta, jossa sormenpäät tavoittavat pienen kyhmyn ja käpertyvät sen taakse. On nojattava hieman oikealle ja siirrettävä vasen jalka pienelle nypylle noin puoli metriä ylöspäin. Tätä otetta en ollut löytänyt aikaisemmin. Jalka tarttuu siihen hyvin. Oikea jalka ylös rakoon. Vasen käsi pystyhalkeamaan vasemmalle, ote kolmen sormen päällä ja veto käsillä ja työntö oikealla jalalla. Vasen jalka ylös pienelle tasanteelle ja oikea perässä.

Vaikein paikka on selvitetty. Vasemman käden sormien ote ei tunnu tukevalta.

Vielä pari metriä.

Tasapaino on herkkä ja melkein horjahdan oikealle. Siirrän oikean jalan pystyhalkeaman yli oikealle, jossa on hyvä parin sentin tasanne. Voimat sormista alkavat hiipua ja otteet tuntua epävarmoilta. Vielä vasen käsi oikean yläpuolelle pystyhalkeamaan, vasen jalka myös oikealle, oikea käsi oikealla reunassa olevaan kahvaan ja painopiste oikealle jalalle ja työntö. Vielä on etsittävä paikka vasemmalle jalalle ja se löytyy pystyhalkeamasta. Kipeilytossun kärki tavoittaa pienen epätasasuuden raosta ja juuttuu siihen. Se riittää. Ponnistus ja oikea käsi ylös seinämän yläreunaan ja vasen rinnalle. Jalat tukevampaan paikkaan ja reitti on tehty.

Vau! Mikä tunne.

II

Kiivetessä kokemuksiaan ei analysoi. Ei ole aikaa eikä tarvetta. Mielen on oltava tyyni ja keskitetty vain kiipeämiseen. Muuten vaikeaa reittiä eteneminen on mahdotonta. Mielen hallinta on yhtä tärkeää kuin kehon taito. Mieli on pingoittuneen keskittynyt. Vaikeassa paikassa kiipeilijä ei kuule alhaalta huudettuja hyviä neuvoja, hän vain kiipeää ja tekee parhaansa. Hän liikkuu tässä ja nyt. Hän liikkuu kykyjensä ylärajalla. Hän tietää sen ja se synnyttää hänessä monia tunteita. Hän tuntee outoa riemua ja vapautta kiivetäessään ylös seinämää, joka joskus näytti hänestä mahdottomalta. Hän kokee hetkiä, jolloin hän hallitsee täydellisesti elämäänsä.

Hän kohtaa kallioissa, metsissä, joissa ja järvissä, joista ne kohoavat Luonnon niin läheltä, että se pakottaa häntä katsomaan myös itseään silmiin. Kiivetessään hän konkreettisesti luovuttaa vastuun hengestään ystävänsä käsiin, joka varmistaa hänen nousuaan köyden toisessa päässä. Toisen on oltava luottamuksen arvoinen. Panoksena tässä vakavassa leikissä on elämä. Tämä panos on kuvitteellinen siinä mielessä, että ystävä ei tietenkään koskaan lakkaa varmistamasta nousuani ja

välineet on valmistettu huolella ja yksilöllisesti testattu kestämaan tuhansien kilojen voimia. Mutta tietoisuus kuoleman mahdollisuudesta on läsnä. Mieli ei voi lakata pohtimasta mahdollisuuksia, eikä sen tulekaan lakata, koska tämä pohdinta on turvallisen kiipeämisen tae. Tämä spekulatio synnyttää myös tunteen täydellisestä vapaudesta ja täytenä virtaavasta elämästä. Elämäni on täyttä ja vapauteni on täyttä vain silloin kun tunnen, että kuolemanikin on hallinnassani.

Kehon hallinta, otteiden tuntu käsissä ja jaloissa, ainutkertainen kokemuksellinen kuvio, jota kudon kiiwetessäni on kuin kirjoittaisin runoa kehollani. Se on runoa siksi, että se koskettaa elämän perusrakenteita, merkityksiä, jotka jollain omalaatuisella tavalla tulevat näkyviksi samalla, kun sormeni etsivät tukevaa otetta ahtaista halkeamista, kun takerrun kallioon tukevasti, jotta en kaatuisi selälleni.

Tämän runon teemoja ovat *luonto, kuolema, luottamus, pelko, toinen, taito, vapaus, itsensä katsominen, väline, ilo, täydellinen keskittyminen, elämä*.

Kiinnittyessään kallioon syvän kuilun yllä kehoni on takertunut maailmaan kiinteämmin kuin koskaan.

Minä olen läsnä siinä hetkessä kokonaan. Minä olen kehoni.

III

Jos haluamme saada edellä kuvaamiini kokemuksi järjestyttä, ymmärtää niiden merkitystä elämässä, on turvauduttava siihen filosofiaan, jossa inhimmillinen eksistenssi asettuu filosofin tarkastelun kohteeksi. Seuraan tässä lyhyesti eksistenssin filosofien, Jaspersin, Heideggerin ja Sartren jälkiä niin kuin se teemani kannalta on olennaista.

Soren Kierkegaardista lähtien ihmisen autenttista, varsinaista olemista on kutsuttu eksistoinemiseksi. Ihminen voi olla olemassa tai hän voi eksistoida. Pelkkä olemassaolo viittaa tässä siihen, miten jokapäiväinen minämme elää roolien, varjojen ja peittojen suojassa ja välttää katsomasta sitä, mikä elämässä on olennaista: vapaus, toinen ihminen, kuolema, transsendentti, itseksi tai ihmiseksi tuleminen. Nämä ovat kaikki eksistenssifilosofian keskeisiä teemoja.

Ihminen on projekti, joka situaatioon sidotuissa vapaissa valinnoissaan itse asettaa elämänsä. Hän luo elämänsä kuin taiteilija taideteostaan. Hän on heitetty maailmaan, joka on olemassa jo ennen häntä ja asettaa hänen elämänsä puitteet. Mutta hän on itse vastuussa siitä, millaiseksi teokseksi hänen elämänsä muodostuu, voiko hän kuolemansa hetkellä katsoa taakseen ja todeta eläneensä hyvän elämän.

Karl Jaspersille eksistenssin olemukseen kuuluu sen jatkuva pyrkimys ylittää rajansa: kohti itsenä olemista, kohti toista, kohti transsendenttia. Se on pyrkimystä autenttisuuteen.

Heidegger on elävästi kuvannut *Sein und Zeit* -teoksessaan niitä jokapäiväisyyteen liittyviä rakenteita, jotka asettuvat jatkuvasti varsinaistumisprosessimme tielle. Jokapäiväisyydessä luovutamme vastuun elämästämme muille tekemällä, puhumalla ja ajattelemalla niin kuin muutkin. Toimintamme ei synny omasta itsestämme, vaan siitä, miten muut meidät määrittelevät. Kenen

Tahansa, *das Manin*, vetovoima pitää meidät kaukana itsestämme. Tässä epävarsinaisessa olemisen tavassa puhe olennaisesta muuttuu lörpöttelyksi, halu nähdä ja ymmärtää uteliaisuudeksi.¹

Sartre kuvaa samaa ilmiötä *L'être et le néant* -teoksessaan puhumalla huonosta uskosta (*mauvaise foi*). Eläessämme huonossa uskossa kätkemme itseltämme vapautemme.²

Sartren filosofia ei ole inspiroivaa, koska hän ei näe kovin pitkälle. Vaikka hän puhuu paljon vapaudesta, hän määrittelee ihmisen kuitenkin niin, että hänen ei ole mahdollista varsinaistua, tulla ihmiseksi. Sartren ihminen on tuomittu elämään huonossa uskossaan. Niinpä Sartren eksistenssifilosofia on ennemminkin oire kuin lääke.

Sen sijaan esimerkiksi Heidegger ja Jaspers kuvaavat ihmisen varsinaistumiprosessia sattuvasti.

Jaspersille eksistenssi ei ole mitään, minkä voisimme täysin tietää. Eksistenssi on mahdollisuutemme, jonka voimme kokea. Ihmisen autenttisuus voidaan saavuttaa vain eletyssä kokemuksessa, itseksi tulemisen prosessissa. Olen aina enemmän kuin voin itsestäni tietää.

Eksistenssiä voi vain valottaa (Eksistenzerhellung).³ Sen yhteydessä esiintyy sellaisia ilmauksia kuten vapaus, päätös, historia, ikuisuus, mutta ne viittaavat kokemuksiin, joilla ei ole yleistä, kaikille tuttua merkitystä.⁴

Heideggerilla kuolema yksilöi ihmisen itselleen ja ravistelee hänet irti *das Manin* todellisuudesta. Ihminen on kohti kuolemaa oleva (Sein-zum-Tode). Jaspersille tärkeitä ovat nk. rajatilanteet (Grenzsituation), jotka ovat hetkiä, jotka ovat enemmän kuin pelkkä olemassaolo.

Jaspers katsoo rajatilanteiksi, kuoleman, kärsimyksen, taistelun ja syyllisyyden. Ne ovat kokemuksia, joissa järkeni törmää ehdotomaan rajaan kuin seinään. Rajatilanne ei ole älyllinen käsite. Se vittaa siihen, että joillakin elämäni tilanteilla saattaa olla minulle sellainen syvä merkitys, että sitä ei voi käsitteellisesti ammentaa tyhjiin. Tämä syvyys liittyy itsessäni olevaan mahdollisuuteen saavuttaa eksistenssi. Rajatilanne viittaa tähän sisäiseen mahdollisuuteeni.⁵

Rajatilanne siis näyttää minulle mahdollisuuteni eksistenssiin. Olemassaolosta eksistenssiin siirtymisen Jaspers esittää hyppynä. Tämä tarkoittaa eksistenssin valaistumista. Eksistenssin valaistuminen terävöittää herkkyyttäni sille, mikä on olennaista ja mikä ei, mikä on aitoa ja mikä ei.

IV

Liikunnassa, urheilussa, pelissä ja leikissä elämä tiivistyy kohdallani. Kokemukseni ovat intensiivisiä. Lyhyessä ajassa koen paljon: riemua, masennusta, vapautta liikkua, kehoni hallintaa, kivun synnyttämää kärsimystä.

Liikunta ja urheilu, peli ja leikki muodostavat oman maailmansa, jossa on mahdollista hetkeksi irtautua elämän jokapäiväisistä sidonnaisuuksista. En nyt puhu siitä liikkumisen tavasta, jossa tavoitellaan voittoa hinnalla millä hyvänsä, jolloin liikkumisen todellisuus käy sitovammaksi ja ahdistavammaksi kuin arkipäiväisinkin elämä.

Puhun niistä kehollisiin projekteihimme liittyvistä maailmoista, joissa *das Manin* vetovoima ei ole saanut otetta.

¹Heidegger 1986, s 175-180.

²Sartre 1966, s.86-116.

³Jaspers 1969, s. 93.

⁴Kauppi 1989, s. 28. Jaspers 1969, s.92-93.

⁵Jaspers 1970, s. 26-27.

Kiipeilyn maailma voi olla yksi tällaisista. Sellainen on myös aidon leikin maailma ja ne liikuntaan liittyvät maailmat, joissa liikutaan ilman voiton pakon luomia panoksia.

Puhun nyt kuitenkin kiipeilystä.

Kiipeilijän mahdollisten kokemusten verkko on monitasoinen ja monitahoinen. Monasti nämä tasot kuitenkin koskettavat filosofiselta kannalta sitä, mikä on olennaista.

Fenomenologiassa puhutaan olemuksennäkemisestä (Wesenschau). Olemuksilla tarkoitetaan niitä kokemuksen keskeisiä rakenteita, joiden ympärille muut kokemukset ikään kuin kerääntyvät. Olemus on kokemuksellinen ydin, jonka intui-to voi paljastaa. Kun seuraavaksi otan tarkemman katseen alle joitakin kiipeilyyn liittyviä keskeisiä kokemuksellisia rakenteita, ovat ne fenomenologian kielellä olemuksia.

Kysymyksessä on intuitiivinen analyysi, jossa oman kokemukseni perustalta pyrin paljastamaan sen, mikä kiipeilykokemuksessa on olennaista. Näin ollen fenomenologista menetelmää, sen kohdetta ja tekijää ei voi erottaa toisistaan. Olemusten paljastaminen vaatii tuekseen tulkintaa. Tulkintani perustana käytän siis eksistenssifilosofiaa.

V

Ensimmäiseksi kiipeilijä joutuu kohtaamaan pelon. Pelko on pohjimmiltaan aina **kuoleman** pelkäämistä. Ja rajallisuutemme on seikka, jonka naamioimme perusteellisimmin. Myös pelkomme me naamioimme ja teeskentelemme että emme pelkää. Mutta kuolemanvaarassa pelko on aina läsnä.

Kiivetessäni kymmenien, ehkä satojen metrien korkeudella kallion senämässä sormenpäittäni ja kiipeilytossujeni kärkein varassa - vaikkakin turvaköyden varmistamana - koen omalaatuisen pidätetyn ja hallitun pelon tunteen. Se on tunne pelosta, joka on ikään kuin padon takana valmiina syöksymään esiin, jos en pidä sitä tietoisesti hallinnassa. Kokemuksen kasvaessa tästä pelon hallinnasta tulee tosin automaattisempaa. Se liittyy mielen keskittämiseen kiipeämistapahtumaan. Kun mieli keskittyy täydellisesti tekemiseen, se on luonnollisella tavalla tekemisestä täysi, eikä sinne mahdu mitään muuta. Näin pelkokin pysyy kiipeilijän hallinnassa.

Pelon hallinta on olennainen kiipeilykokemus siksi - niin kuin jo totesin - että se viittaa kuolemaan.

Jokapäiväisessä elämässämme elämme maailmassa, jossa kuolemaa ei ole, tai jos se on, se ei kuulu meille. Mediatodellisuus luo jatkuvasti illuusiota ikuisesta nuoruudesta. Elokuvatähdet pyrkivät pysymään nuorina ja kauniina vielä kuolemansa partaalla. Epävarsinaisessa olemisen tavassa kuolema ei koske minua.¹

Kiipeilykokemus paljastaa meille monia olennaisia varsinaisen elämän tasoja. Paljastamisella tarkoitan sitä, että se ikään kuin luo valoa, kohottaa esiin pimeydestä tietoisien tarkastelumme alle sellaisia elämän perusasioita, joita epävarsinaisessa olemisessamme pyrimme välttämään.

Vaikka kiipeily on turvallista, turvallisempaa kuin vaikkapa autoilu, se vie meidät Jaspersin termiä käyttäkseni rajatilanteeseen: oman kuolemani mahdollisuuden äärelle. Kiipeilyyn liittyvä turvajärjestelmä, köysi, ankkurit, sulkurenkaat, toinen kiipeilijä köyden päässä, ei riitä

¹Ks. Heideggerin "varsinaisen" ja "epävarsinaisen" olemisen käsitteistä ja siitä, miten ne voidaan liittää liikunnan eri projekteihin Klemola 1995.

vakuuttamaan *kehoamme* siitä, että kuoleman läsnäolo on enemmänkin teoreettinen mahdollisuus. Emme halua pudota korkeuksissa, tyhjän päällä vain köyden ja ankkurien varaan, vaikka tiedämme että ne pitävät. Siksi kiipeämme äärimmäisen keskittyneesti jokaiseen otteeseen huolellisesti keskittyen.

Haluan korostaa, että kun puhun kuoleman läsnäolosta kiipeilyssä, on huomattava, että sen olemisen tapa on potentiaalista olemista. Se on olennainen mahdollisuus. Ei sen enempää - mutta ei sen vähempääkään.

Tähän kokemukseen liittyy syvä **vapauden** tunne. Tunne siitä, että hallitsen elämäni juuri sillä hetkellä täydellisesti. Vapauteni on täydellistä silloin kun tunnen hallitsevani myös kuolemaani. Samasta syystä kilpa-autoilijat tai laskuvarjohyppääjät kuvaavat kokemustaan terävöityneeksi vapauden tunteeksi. Laskuvarjohyppääjä voi niin halutessaan jättää varjon aukaisematta, formulakuljettaja tehdä tahallisen virheen. Näin he eivät tee, mutta kokemuksessa läsnäolevana valinnan mahdollisuutena se syventää vapauden kokemustamme. Jokapäiväisessä elämässämme valintamme tuntuvat rajoittuvan ykkös- tai kakkoskanavan, maidon tai kerman, ulosmenemisen tai sisälläpysymisen välille.

Kiipeilykokemus on jatkuvasti läsnäolevaa radikaalia valintaa, jossa valitaan toisaalta symbolisesti, mutta myös kokemuksellisesti elämän ja kuoleman vaihtoehtoista intensiivisesti elämä.

Elämme maailmassa, jossa joudumme jatkuvasti antamaan elämämme **teknologian** käsiin. Ajaessamme autolla sataa kilometriä tunnissa, lentäessämme lentokoneella, noustessamme kymmenkerroksisen talon hissiin tai asuessamme ydinvoimalan naapurissa henkemme on hyvin konkreettisella tavalla teknologian huostassa. Jos se päättää pettää, mekin lakkaamme olemasta.

Tulemme kuitenkin hyvin harvoin tästä suhteesta tietoiseksi, koska elämäämme ylläpitävään teknologiaan liittyvä vaara on hyvin peitossa ja se pyritään pitämäänkin sellaisena.

Kiipeilijä joutuu tietoisesti pohtimaan suhdettaan teknologiaan. Kiivetessään hänen henkensä riippuu köyden, valjaiden, sulkurenkaiden ja muiden välineiden kestävyydestä. Tämä riippuvuus on hänelle kuitenkin täysin paljaana. Siinä ei ole mitään epäselvää tai peitettyä. Autolla ajaessamme voimme miltei nukahtaa auton hiljaisesta kehräyksestä ja painaa turvallisen oloisesti sekämme pehmeää istuinta vasten, vaikka vauhtimme on pienenkin virheen sattuessa tappavaa.

Kiipeilijälle nukahtamisen vaaraa ei ole. Hän tarkastaa huolellisesti välineensä ennen kallioille nousuaan, hylkää köyden tai slingin, joka on vioittunut. On huikaiseva kokemus ensimmäistä kertaa laskeutua alas kallionsenämää köyden ja omien käsiensä varassa. Tieto, että köysi ja kaikki välineet on mitoitettu kestäväksi kahden tai kolmen tuhannen kilon painon, ei lohduta. Tieto ei auta tilanteessa, jossa tätä tietoa on testattava omalla keholla ja hengellään. On tehtävä tietoinen päätös luottaa köyteen ja muihin välineisiin. Tämän päätöksen tekeminen on aluksi vaikeaa ja sen joutuu tekemään jokainen kerta. Harjoituksella päätöksen tekeminen helpottuu, mutta silti se pysyy tietoisena päätöksenä. Tietysti tätä päätöksen tekoa helpottaa tieto siitä, että välineet on yksilöllisesti testattu ja välineiden ei normaalissa käytössä tiedetä pettäneen jne.

Edellä kerrotun valossa on helppo ymmärtää, että kiipeilijä hoitaa välineitään huolellisesti. Hän ei voi laiminlyödä köyttään yhtään enempää kuin omaa kehoaan, sillä kiipeilyssä välineet ovat osa hänen kallionsenämän halkeamiin, ankkureihin, solmuihin ja sulkurenkasiin laajennutta kehoaan.¹

¹Ks. Klemola 1995, s. 42 kehon "laajentumisen ideasta".

Kiipeilijä ei joudu **luottamaan** vain välineisiin vain myös omaan tekemiseensä: siihen, miten hän solmii köyden, miten hän asettaa ankkurit ja muut turvajärjestelmään liittyvät osat. Hän joutuu luottamaan myös toiseen ihmiseen, joka varmistaa hänen kiipeämisen köyden toisesta päästä.

Kun käytän sanaa luottaminen, niin tarkoitan sellaista luottamusta, jolle kuolema asettaa perspektiivin. Kun sanon näin, minulle tulee jälleen tunne siitä, että korostan liikaa kuolemaa, koska tosiasia on että kalliokiipeilu on turvallinen harrastus. Mutta tämä ei ole ristiriidassa sanomani kanssa. Laji on turvallinen silloin kuin kaikki sen osatekijät tehdään huolella. Kiipeily on hengenvaarallista jos käytetään kuluneita välineitä, solmuja ei solmita huolella, jos varmistaja ei keskitytään osaansa jne. Kuoleman ilmenemisen tapa kiipeilyssä on siis sen *potentiaalista läsnäoloa*. Se on olennainen mahdollisuus, ei muuta.

Tässä mielessä *mahdollinen* hengenvaara on se perspektiivi, josta käsin kaikki toiminta selittyy. (Mahdollinen loukkaantumisen vaara.)

Kuoleman asettaessa toiminnalle perspektiivin yksinkertaisen solmun tekemisestä tulee äärimmäisen merkittävä tapahtuma. Solmut on opeteltava tekemään huolella, ankkurit on asetettava tukevasti, koska tekemiseni varaan asetan sitten oman elämäni ja ystävienikin elämän.

Tässä perspektiivissä kaikki kiipeilyyn liittyvä tekeminen on äärimmäisen keskittynyttä, läsnäolevaa. On oltava täydellisesti läsnä tekemisessä, koska huolimattomuutta ei voi sallia.

Tämä tekemiseen keskittyminen tuo kiipeilyn lähelle japanilaisia zen-pohjaisia kamppailutaitoja. Kaikissa niissä on läsnäoleminen, huolellisen keskittymisen, meditaation elementti.¹ Tämä elementti tuo ihmisen lähelle itseään. Hän ikään kuin pakottaa itsensä katsomaan itseään läheltä. Hän ei voi karata haaveidensa ja mielikuviensa maailmaan vaan hänen on tultava eräällä tavalla kokonaiseksi, otettava se paikka, jossa hän sillä hetkellä elämäänsä elää. Otettava se omaksi voimalla, jollaista hyvin harvoin on mahdollista kokea.

Tämä itsensä katsomisen tai **itsensä tutkimisen** elementti liittyy itse asiassa kaikkiin kiipeilyn vaiheisiin ja kokemuksen tasoihin. Esimerkiksi: Ottaessaan pelon hallintaansa kiipeilijä joutuu katsomaan pelkoaan läheltä ja tutkimaan, onko hänessä sitä sisäistä voimaa, jota tällainen pelon voittaminen edellyttää. Jos hän ei löydä sitä itsestään, hän joutuu enemmän käyttämään hyväkseen tahdonvoimaansa. Hän siis joutuu tutkimaan tunteitaan ja niiden hallitsemisen mahdollisuutta. Hän joutuu tutkimaan tahdonvoimansa lujuttua ja mahdollisuutta sen voimistamiseen. Ottaessaan pelkonsa hallintaansa hän joutuu tyhjentämään mielensä ja tutustumaan sisäiseen hiljaisuuteensa.

Kiivetessäni ystäväni varmistaa köyden toisesta päästä turvallisuuteni. On useita tapoja kiivetä ja järjestää kiipeilijän turvallisuus. Kiipeilijä voi kiivetessään asettaa itse kalliioon hakoja ja muita välineitä ja kiinnittää köytensä niihin tai hän voi kiivetä jo valmiiksi ankkuroidussa köydessä. Mutta köyden toisessa päässä on kiinni aina **toinen ihminen**. Tämä toinen seuraa kiipeämistäni ja pitää köyden sopivan kireällä ja jos putoan, toimii itse vastapainona, jolloin putoamismatkan jää lyhyeksi.

Kiipeämisessä täydellinen luottamus toiseen ihmiseen on jälleen äärimmäisen paljasta. Myös jokapäiväisessä elämässämme joudumme luottamaan muihin ihmisiin, mutta emme samalla tavalla emmekä useasti ole siitä edes tietoisia. Luotamme linja-autokuskeihin, lentäjiin, atomivoimaloiden insinööreihin jne. Nämä ihmiset jäävät meille yleensä kasvottomiksi toisiksi, joihin meillä ei ole mitään suhdetta, vaikka annamme henkemme heidän käsiinsä. Samoin he, joihin joudumme tällä tavoin luottamaan, tuskin koskaan ajattelevat meitä tai vastuutaan tehtävissään.

¹Ks. tästä "itsen projektien" piirteistä: Klemola 1995, s. 94-115. Ks. myös Klemola 1997, s. 262-276 ulkoisesta muodosta mielen harjoituksen kohteena.

Kiipeilyssä toinen, johon luotamme ei ole kasvoton, päinvastoin. Kiipeilijä ja varmistaja ovat omalaatuisten paljaassa suhteessa köyden yhdistämänä. Varmistaja tuntee vastuunsa ja hänen on toimittava sen luottamuksen arvoisesti, jota hänelle osoitetaan. Kiipeilyköysi on omalaatuinen, äärimmäisen vakava kahden ihmisen välinen side, jossa keskinäinen luottamus, vastuu, vapaus valita myös toisen puolesta jne. kietoutuu vaikeasti analysoitavaksi punokseksi.

Kiipeilijän suhde Luontoon on luontosuhde isolla L-kirjaimella. Kiipeilytapahtuma on riippuvainen säätilasta, siihen vaikuttaa kallion kivilaatu, seinämän muoto, sen halkeamat, katot jne. Aivan kuten itseään tai toista kiipeilijä joutuu kokemaan myös luonnon hyvin läheltä. Kiiwetessä hän tulee yhdeksi kallion halkeamien kanssa. Hänen koettu kehonsa laajenee ja sen rajat hämärtyvät. Köysi ja välineet tulevat osaksi häntä; kun hän kokee varmistajan kiristävän köyttä, hän tuntee sen heti varmuutena seuraavissa otteissaan; kun hän huomaa kallion olevan paikoitellen kosteaa, hänen otetuntumansa tulee epävarmemmaksi; vaikean paikan kohdatessaan hän etsii kalliosta helpompaa reittiä, sillä hän tietää että kallion läpi ei pääse, se on kierrettävä; kun hänen kämmentyvensä isku synnyttää kalliosta omalaatuisten ontton äänen, hän tietää että sitä otetta ei pidä ottaa; kun hän tuntee auringon lämmön selässään ja kivessä kämmentensä alla, hän voi tuntea omalaatuista iloa, jonka täytenä virtaava elämä synnyttää.

Luonnon kokeminen onkin kiipeilijälle kaikessa läsnä olevan **elämän** kokemista. Itse asiassa koko kiipeilykokemus kaikkine puolineen, joista edellä olen kuvannut joitakin, kiteytyy sähköiseksi kokemukseksi elämästä, joka virtaa minusta läpi. Tämä kokemus ei ole läsnä vain kallion seinämällä tai leirivalkealla kallion juurella. Se on kokemus jota keho kantaa mukanaan pitkään, jopa useita päiviä. Olen kuvannut sitä sähköiseksi kokemukseksi siksi, että kiipeilyn jälkeen, joskus vielä usean päivän jälkeen voi tuntea kehossaan intensiivisen elämän virran, sisäisen värinän, joka sykkii sormenpäissä ja saa näkemään saman elämän jonka koen itsessäni, virtaavan läpi kaikessa ympärilläni.

Tämä elämän virta kumpuaa jostakin, joka jää meille salaisuudeksi, mysteeriksi, **transsendentiksi**, mutta jolla on voima asettaa merkityksiä kaikelle muulle. Tällä tasolla kiipeily lähestyy jälleen zen-harjoitusta, jota monasti luonnehditaan yksinkertaisesti vain - elämäksi.

KIRJALLISUUS:

- Heidegger, Martin: *Sein und Zeit*. Max Niemeyer Verlag: Tübingen 1986.
 Jaspers, Karl: *Johdatus filosofiaan*. Otava: Helsinki 1970.
 - " - : *Philosophy*, Volume 1. Tr. by E.B. Ashton. The University of Chicago Press: Chicago 1969.
 Kauppi, Raili: *Karl Jaspers: Minä ja maailma*. Teoksessa: *Fenomenologeja. Maailma minussa - minä maailmassa*. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta Vol I. 1989.
 Klemola, Timo: *Liikunta tienä kohti varsinaista itseä*. TAJU: Tampere 1995.
 - " - : *Zen-karate*. Otava: Helsinki 1997.
 Natri, Tommi: *Oma liikuntakokemus liikunnanfilosofian lähtökohtana*. Julkaisematon pro gradu. Tampereen yliopisto. Matemaattisten tieteiden laitos 1994.
 Sartre, Jean-Paul: *Being and Nothingness*. Washington Square Press: New York, London ym. 1966.
 Spiegelberg, Herbert: *Doing Phenomenology*. Nijhoff: The Hague 1975.

